

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 5 No. 1	Edition: November 2022 – April 2023
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R	
Received: 27 September 2022	Revised: 20 Oktober 2022	Accepted: 25 Oktober 2022

**PENGARUH PEMBERIAN KUNYIT DAN MADU TERHADAP
PENURUNAN NYERI HAID (*DYSMENORRHAE*) PADA REMAJA PUTRI DI
KECAMATAN MEDAN AMPLAS KOTA MEDAN
TAHUN 2022**

Riristio Panggabean¹, Putri Ayu Yessi Ariescha², Vиви Elvira³

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : Vivielvira60@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea is lower abdominal pain during menstruation that can interfere with daily activities. Pain arises due to increased levels of prostaglandins. Prostaglandins have an effect that can increase the contractility of the uterine muscle and prostaglandins also have a vasoconstrictive effect that can cause ischemia in the uterine muscle and can cause pain. Research on the effect of giving turmeric and honey on the reduction of menstrual pain (dysmenorrhea) in adolescent girls was conducted in the Medan Amplas sub-district. A decoction of turmeric and honey is given 3 times a day as much as 150 mL for 2 days. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after giving turmeric and honey. Data were collected using Questionnaires and Observation sheets. The number of samples in this study was 15 young women. The sampling technique used was accidental sampling. Analysis of the data used is the Paired T-test. The results of this study showed that the intensity of pain before being given boiled honey turmeric water which had a moderate pain scale was 10 people (66%). The intensity of pain after being given boiled honey turmeric water which has a mild scale of 12 people (80%), namely with a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means that there is an effect of giving honey turmeric water decoction to decrease the intensity of menstrual pain in Teenage girl.

Keywords: *Turmeric, Honey, Dysmenorrh*

1. PENDAHULUAN

Dismenore merupakan nyeri perut bagian bawah saat menstruasi yang dapat mengganggu aktifitas sehari-hari, Rasa nyeri ini yang sering dirasakan oleh Wanita usia subur hingga pergi ke pelayanan Kesehatan untuk konsultasi terhadap nyeri yang dirasakan (Winknjosastro, 2007). Dismenore diklasifikasikan menjadi

dua kategori yaitu disminore primer ketika pemeriksaan panggul dan fungsi ovulasi normal dan disminore sekunder ketika ada patologi ginekologis yang dapat diidentifikasi. Dismenore primer secara khas dimulai ketika remaja mencapai siklus ovulasi mereka, umumnya, dalam 1 tahun setelah menarche (Durain, 2004). Gejala karakteristik dismenore primer

lainnya adalah kejang, kejang nyeri kolik di bawah pusar, terjadi dalam 8-72 jam menstruasi, dan memuncak dalam beberapa hari pertama seiring meningkatnya aliran menstruasi. Selain kram menyakitkan, banyak wanita dengan dismenore mengalami gejala terkait menstruasi lainnya termasuk sakit punggung dan paha, sakit kepala, diare, mual dan muntah (Armour et al., 2019). Hampir, seluruh perempuan dan juga termasuk didalamnya remaja putri pasti pernah merasakan gangguan pada saat menstruasi berupa dysmenorrhea dengan berbagai tingkatan, mulai dari yang sekedar pegal-pegal di panggul dari sisi dalam hingga rasa nyeri yang luar biasa sakitnya. Umumnya nyeri yang biasa terasa dibawah perut itu terjadi pada hari pertama dan kedua menstruasi. Rasa nyeri akan berkurang setelah keluar darah yang cukup banyak (Proverawati & Misaroh, 2010).

Salah satu cara untuk mengatasi dismenore dengan menggunakan strategi farmakologis dan nonfarmakologis (Chen et al., 2018). Terapi farmakologi antara lain, pemberian obat analgesik, terapi hormonal, atau obat nonsteroid prostaglandin. Untuk terapi nonfarmakologi dilakukan dengan antara lain olahraga, kompres hangat, terapi musik, relaksasi, dan minum minuman herbal. Salah satu penanganan non farmakologi yang biasanya dilakukan masyarakat dengan minuman herbal yang dapat mengurangi nyeri. Produk herbal menjadi salah satu produk yang

diinginkan mengurangi rasa nyeri tanpa efek samping. Produk herbal yang digunakan adalah madu, yang digunakan tidak terpisah dengan kunyit sebagai minuman yang mampu mengurangi rasa nyeri menstruasi.

Angka kejadian nyeri haid di Indonesia pada wanita yang berusia 14-19 tahun sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36 % dismenorea sekunder dan nyeri haid menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak bisa mengikuti kegiatan pelajaran baik disekolah maupun di perkuliahan, sehingga angka kejadian nyeri haid dikalangan pelajar maupun mahasiswi mencapai 58% dan 20% dilaporkan tidak dapat mengikuti kegiatan perkuliahan (Suban, Perwiraningtyas, & Susmini, 2017).

Di dunia sendiri angka kejadian nyeri haid sangat tinggi, di setiap negara lebih dari 50% wanita mengalami nyeri haid. Prevalensi nyeri haid di Amerika Serikat diperkirakan sekitar 45-50%. Di Swedia sekitar 90% wanita yang berusia dibawah 19 tahun mengalami nyeri haid dan sekitar 67% wanita yang berusia 24 tahun mengalami nyeri haid (French, 2015). Nyeri haid dapat memberikan efek negatif pada wanita secara keseluruhan dan bahkan nyeri haid dapat memberikan dampak yang berkelanjutan setelah masa menstruasi tersebut sehingga dapat menyebabkan sensitivitas pada wanita yang terkena dampak tersebut.

Beberapa faktor dapat menyebabkan nyeri haid mulai dari faktor fisik maupun psikologi. Keadaan emosional atau psikis, adanya obstruksi kanalis servikalis, ketidakseimbangan endokrin, dan alergi sering dikaitkan dengan proses terjadinya nyeri haid (Purwani, Herniyatun, & Yuniar, 2010). Namun seiring berkembangnya ilmu pengetahuan, proses terjadinya nyeri haid tersebut mulai dikaitkan dengan adanya peningkatan kadar dari prostaglandin. Prostaglandin mempunyai efek yang dapat meningkatkan kontraktilitas dari otot uterus dan prostaglandin itu juga mempunyai efek vasokonstriksi yang dapat menyebabkan iskemi pada otot uterus yang dapat menimbulkan rasa nyeri (Cunningham, 2008).

Kunyit atau kunir (*Curcuma longa*) termasuk dalam kelompok tanaman temu-temuan rempah yang dibudidayakan di negara-negara Asia Tenggara sejak lama. Selama bertahun-tahun rimpang tanaman ini telah digunakan juga sebagai obat yang aman dan aktif untuk pengobatan berbagai penyakit kronis. Zat aktif kunyit adalah curcumin/kurkumin (diferuloylmethane), memiliki beberapa sifat terapi terkait dengan sifat anti-inflamasi, antioksidan dan pencegahan kanker. Pada tingkat molekuler, curcumin menghambat proliferasi sel, pembuatan metastasis, dan apoptosis. Curcumin sebagai penghambat TNF- α , yang merupakan mediator utama dari

Sebagian besar gangguan terkait peradangan (Karlowicz-Bodalska et al., 2017).

Minuman kunyit adalah suatu minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit. Secara alamiah memang kunyit dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetik, antipiretik dan antiinflamasi. Selain itu dijelaskan bahwa minuman kunyit sebagai pengurang rasa nyeri pada dismenorhoea primer memiliki efek samping minimal (Limananti&Triratnawati, 2003). Senyawa aktif atau bahan kimia yang terkandung dalam kunyit adalah Curcumine (Putri, 2006)

Berdasarkan survey awal peneliti di Kecamatan Medan Amplas terdapat remaja putri yang mengalami nyeri haid. Berdasarkan keterangan diatas peneliti tertarik meneliti tentang "pengaruh pemberian kunyit dan Madu terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dysmenorrhoe) pada remaja putri di kecamatan medan amplas tahun 2022".

2. METODE PENELITIAN

Dalam Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasy Eksperimen* dengan rancangan penelitian *one group pre and post test* yaitu dengan memberikan pre-test (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi kemudian post-test (pengamatan akhir). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian kunyit dan madu terhadap nyeri haid pada remaja di

kecamatan Medan Amplas Tahun 2022.

Populasi penelitian ini adalah remaja putri dikecamatan Medan Amplas Kota Medan yang mengalami Dismenorea pada saat menstruasi.

Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Accidental sampling*. Sampel penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami nyeri haid sesuai dengan kriteria penelitian dan di jumpai selama proses pengumpulan data, dilibatkan sebagai subjek dalam penelitian.

3. HASIL

3.1 Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Putri Di Kecamatan Medan Amplas Tahun 2022

No	Variabel	Frekuensi (N = 15)	Persentase (%)
1	Umur		
	14	6	40.0
	15	4	26.7
	16	3	20.0
	17	2	13.3
	Jumlah	15	100.0

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat di lihat bahwa intensitas nyeri sebelum di berikan rebusan air kunyit madu yang memiliki skala nyeri sedang sebanyak 10 orang (66%), Dan intensitas nyeri setelah di berikan rebusan air kunyit madu yang memiliki skala ringan sebanyak 12 orang (80%)

Lama Menstrua			
2	si	9	60.0
	<7 Hari	6	40.0
	>7 Hari		
	Jumlah	15	100.0

Berdasarkan table 1 diatas dapat diketahui berdasarkan umur 14 tahun sebanyak 6 orang (40.0%), Berasarkan lama menstruasi <7 hari sebanfyak 9 orang (60%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Sebelum dan sesudah Diberikan Rebusan Air Kunyit Madu Pada Pada Remaja Putri Di Kecamatan Medan Amplas Tahun 2022.

No	Tingkat nyeri (sebelum)	Frekuensi (N = 15)	Persentase (%)
1	Ringan	2	13,3
2	Sedang	10	66.6
3	Berat	3	20,0
	Total	15	100.0

No	Tingkat nyeri (sesudah)	Frekuensi (N = 15)	Persentase (%)
1	Ringan	12	80.0
2	Sedang	3	20.0
3	Berat	0	00.0
	Total	15	100.0

3.2 Analisis Bivariat

Tabel 3 Uji Normalitas

Shapiro Wilk			
Statistik	Df	Sig.	
k			

Pre-test	,917	15	,172	Nyeri Haid Normal (Dysmenorea) Pada Remaja Putri Di Kecamatan Medan Amplas Tahun 2022.
Post-test	,889	15	,064	

Berdasarkan table 3 di atas diketahui bahwa setelah dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan Shapiro-wilk diketahui bahwa pada Uji Normalitas data Pre-test >0.05 yaitu 0,172 dan Post-test >0.05 yaitu 0,064. Jika nilai p-value pada hasil Uji Shapiro-Wilk >0.05 , maka artinya data berdistribusi normal. Berdasarkan keterangan diatas, maka peneliti menetapkan Uji Bivariat yang digunakan yaitu Uji Paired T-test.

Tabel 4 Uji Paired T-test

Hasil	Paired Samples T-Test				
	Mean	S.D	T	df	p-value
Intensitas Nyeri					
Hasil Pre-Test	2,733	,884	11,979	14	0.000
Post-Test					

Berdasarkan tabel diatas terlihat hasil uji statistik pada nilai intensitas nyeri responden sebanyak 15 orang dimana diketahui bahwa nilai mean pada intensitas nyeri pre-test dan post-test sebesar 2,733 dengan S.D 0,884. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa nilai *p-value* $0.000 < 0.05$, sehingga dapat diasumsikan bahwa ada Pengaruh Pemberian Rebusan Air Kunyit Madu Terhadap Penurunan Intensitas

4. PEMBAHASAN

4.1 Nyeri Haid (Desmenorea) Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Rebusan Air Kunyit Madu

Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa intensitas nyeri sebelum di berikan rebusan air kunyit madu yang memiliki skala ringan sebanyak 2 orang (13,3%), skala nyeri sedang sebanyak 10 orang (66%), skala nyeri berat sebanyak 3 orang (20%), intensitas nyeri setelah di berikan rebusan air kunyit madu yang memiliki skala ringan sebanyak 12 orang (80%), yang memiliki skala nyeri sedangkan sebanyak 3 orang (20%), dan tidak ada yang memiliki skala nyeri berat. rata-rata Intensitas Nyeri Sebelum Diberikan Rebusan Air Kunyit Madu Pada remaja putri yang mengalami desmenorea yaitu 5,20, dan Intensitas Nyeri Sesudah Diberikan Rebusan Air Kunyit Madu Pada Remaja puteri yaitu 2,47.

Dysmenorrhoea merupakan nyeri haid yang biasanya bersifat kram dan berpusat pada perut bagian bawah (Speroff & Fritz, 2011). Dari hasil tersebut, hal ini disebabkan, karena akibat endometrium yang mengandung prostaglandin dalam jumlah tinggi pada fase luteal. Saat menstruasi hormon progesteron sangat mempengaruhi endometrium dan mengandung prostaglandin. Akibatnya, prostaglandin meningkat

dan menyebabkan kontraksi miometrium yang kuat sehingga terasa nyeri. Nyeri sebelum pemberian madu disebabkan adanya peningkatan produksi prostaglandin sehingga menyebabkan hiperaktivitas uterus. Prostaglandin merangsang kontraksi ritmik ringan miometrium uterus. Kontraksi ini membantu mengeluarkan darah melalui vagina sebagai darah haid. Kontraksi uterus yang terlalu kuat akibat produksi berlebihan prostaglandin menyebabkan dysmenorrhea yang dialami oleh remaja. Dampak dari dysmenorrhea dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Rasa ketidaknyamanan tersebut memaksa seseorang untuk beristirahat dan meninggalkan pekerjaannya selama beberapa jam atau beberapa hari. Terkadang dysmenorrhea menjadi sangat parah sehingga mengganggu aktivitas.

penanganan nyeri dapat dilakukan secara non farmakologi antara lain kompres hangat, teknik relaksasi serta napas dalam, yoga serta herbal. Herbal merupakan salah satu alternatif dalam menurunkan nyeri. Herbal merupakan salah satu penanganan yang dilakukan dalam menangani dysmenorrhea salah satunya adalah rebusan kunyit madu ini. Madu memiliki kegunaan yang baik untuk tubuh diantaranya, sebagai antibakterial, antifungal agent, analgetik dan antiviral agent. Mekanisme dalam minuman kunyit madu ini adalah kandungan bahan alami. Mekanisme dalam minuman

kunyit asam dalam menurunkan nyeri adalah kandungan bahan alami minuman kunyit asam bisa mengurangi keluhan dismenorea primer dengan jalan masing-masing. *Curcumine* dan *anthocyanin* akan bekerja dalam menghambat reaksi *cyclooxygenase* sehingga menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat kontraksi uterus. Mekanisme penghambatan kontraksi uterus melalui *curcumine* adalah dengan mengurangi influksi ion kalsium (Ca^{2+}) ke dalam kanal kalsium pada sel-sel epitel uterus. Kandungan *tannins*, *saponins*, *sesquiterpenes*, *alkaloid*, dan *phlobotamins* akan mempengaruhi sistem saraf otonom sehingga bisa mempengaruhi otak untuk bisa mengurangi kontraksi uterus dan sebagai agen analgetika, *curcumenol* akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan (Ulfa, 2018).

4.2 Pengaruh Pemberian Rebusan Air Kunyit Madu Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Desmenorea) Pada Remaja Putri Di Kecamatan Medan Amplas Tahun 2022.

Dari hasil penelitian pada nilai intensitas nyeri responden sebanyak 15 orang dimana diketahui bahwa nilai mean pada intensitas nyeri pre-test dan pro-test sebesar 2,733

dengan S.D 0,884. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa nilai *p-value* $0.000 < 0.05$, sehingga dapat diasumsikan bahwa ada Pengaruh Pemberian Rebusan Air Kunyit Madu Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Desmenorea) Pada Remaja Putri Di Kecamatan Medan Amplas Tahun 2022.

Hal ini sejalan dengan (Ulfa, 2018) dijelaskan bahwa kandungan curcumine pada kunyit akan menghambat proses inflamasi yang berperan sebagai inhibitor enzim siklooksigenase (COX). Mekanisme biokimia terpenting yang dihambat oleh curcumine adalah influks ion kalsium ke dalam sel-sel epitel uterus. Jika penghambatan terhadap influks ion ini dilakukan ke dalam sel epitel uterus, maka kontraksi uterus bisa dikurangi atau bahkan dihilangkan sehingga tidak terjadi dismenorhea primer. Hal ini sesuai dengan tinjauan teori yang telah diungkapkan sebelumnya mengenai bahan aktif yang terdapat dalam kunyit dan madu. Baik kunyit sebagai antiinflamasi, analgetika dan antipiretika, maupun sebagai penenang yang bisa menghindarkan stimulasi saraf simpatis dari stres yang sering dialami

remaja putri oleh karena aktivitasnya sehari-hari. Kunyit mempunyai khasiat sebagai jamu dan obat tradisional untuk berbagai jenis penyakit, 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 salah satunya adalah curcumin. Curcumin akan bekerja dalam menghambat rekasi cyclooxygenase yang dapat menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat kontraksi uterus. Mekanisme penghambatan kontraksi uterus melalui curcumenol adalah dengan mengurangi influx ion kalsium (Ca^{2+}) kedalam kanal kanal kalsium pada sel-sel epitel uterus.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan untuk mencari adanya Pengaruh Pengaruh Pemberian Rebusan Air Kunyit Madu Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid

(Desmenorea) Pada Remaja Putri Di Kecamatan Medan Amplas Tahun 2022. Maka dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu :

1. Hasil penelitian di dapatkan intensitas nyeri sebelum di berikan rebusan air kunyit madu yang memiliki skala nyeri sedang sebanyak 10 orang (66%). rata-rata Intensitas Nyeri Sebelum Diberikan Rebusan Air Kunyit Madu Pada remaja putri yang mengalami dismenorea yaitu 5,20.
2. Hasil Penelitian dapat di liat bahwa intensitas nyeri setelah di berikan rebusan air kunyit madu yang memiliki bahwa intensitas nyeri setelah di berikan rebusan air kunyit madu yang memiliki skala ringan sebanyak 12 orang (80%). Rata-rata Intensitas Nyeri Sesudah diberikan Rebusan Air Kunyit Madu Pada remaja putri yang mengalami dismenorea yaitu 2,47.
3. Ada Pengaruh Pemberian Rebusan Air Kunyit Madu Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Desmenorea) Pada Remaja Putri Di Kecamatan Medan Amplas Tahun 2022.

Sedayu Bantul, Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani, Yogyakarta

- Karlowicz-Bodalska K., Han S., Freier J., Smolenski M., Bodalska A. (2017). *Curcuma Longa as Medicinal Herb in the Treatment of Diabetic Complications*. Acta Pol. Pharm. 74:605–610.
- Puspitasari, I., (2007). *Rahasia Sehat Madu*. Penerbit Bentang Pustaka. Yogyakarta.
- Sari, L. Y., Putri, Y., Rossita, T., Yulianti, S., & Umami, D. A. (2020). Peningkatan Pengetahuan Khasiat Parutan Kunyit Dan Madu Untuk Meredakan Nyeri Disminore Pada Sisiwi Di Sma Pesantren Pancasila Kota Bengkulu Tahun 2020. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 4(2), 84–90. <https://doi.org/10.52643/pamas.v4i2.879>
- Sugiharti, Rosi Kurnia; Sundari, R. I. (2018). Efektivitas minuman kunyit asam dan rempah jahe asam terhadap penurunan skala nyeri haid primer [The effectiveness of curcumin and ginger tamarind in reducing primary menstrual pain]. *Medisains: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 16(2), 55–59.
- Widowati, R., Kundaryanti, R., & Ernawati, N. (2020). Pengaruh Pemberian Minuman Madu Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi. *Jurnal Ilmu Dan*

DAFTAR PUSTAKA

Astriani, H. G., (2016), Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhoea) pada Remaja Putri di SMA N 1

Budaya, 41(66), 7809–7824.

Budaya, 41(66), 7809–7824