

**PENGARUH KONSUMSI JAMU KUNYIT ASAM TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMINORE PADA REMAJA PUTRI**

LITERATURE REVIEW

SKRIPSI



Oleh :

Faughfira Rahmatika

NIM: 16010164

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2022**

**PENGARUH KONSUMSI JAMU KUNYIT ASAM TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMINORE PADA REMAJA PUTRI**

LITERATURE REVIEW

SKRIPSI

Proposal ini diajukan kepada Universitas dr. Soebandi Jember

Untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan

Program Studi Ilmu Keperawatan



Oleh :

Faughfira Rahmatika

NIM: 16010164

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

JEMBER

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember

Jember, 26 September 2022

Pembimbing 1



Susilawati, S.ST., M.Kes

NIDN. 40033127401

Pembimbing II



Ns. Trisna Vitaliati, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0702068906

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji Syukur Kehadirat Allah SWT yang telah memberikah rahmat dan hidayah-Nya sehingga diberi kemudahan dalam menyelesaikan tugas akhir. Karya ilmiah ini saya persembahkan kepada:

1. Kepada orang tua saya, Bapak Mahmuji dan Ibu Sutiyani yang tersayang tiada henti memberi motivasi, penyemangat dan doa selama ini.
2. Kepada Sahabat saya, Citra Suci Kurnia dan Siti Raudatul Dofi'ah yang turut mendukung dan mendoakan saya selama proses ini.
3. Ibu Susilawati dan Ibu Trisna Vitaliati yang sangat sabar dan telaten dalam memberikan bimbingan dan semangat untuk menyusun penelitian literatur review ini hingga selesai.
4. Bapak Syaiful Bachri selaku penguji yang memberikan masukan, saran, bimbingan, dan perbaikan demi kesempurnaan penelitian literatur review ini.
5. Semua Dosen dan keluarga Universitas dr. Soebandi Jember yang telah memberikan ilmu bermanfaat

MOTTO

“Orang yang suka berkata jujur mendapatkan tiga hal: Kepercayaan, Cinta, dan
Rasa hormat”

~Ali bin Abi Thalib~

MOTTO

“Great Things are not done by impulse but by a series of small things brought together”

~Vincent van Gogh~

MOTTO

“Berpeganglah pada takdir Allah, Karena sesungguhnya takdir Allah itu indah”

~Faugfira Rahmatika~

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Faughfira Rahmatika

Tempat, tanggal lahir : Banyuwangi, 25 Desember 1997

NIM : 16010164

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan sebagai syarat penelitian, baik di Universitas dr. Soebandi Jember maupun di perguruan tinggi lain. Skripsi ini murni gagasan dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing. Dalam perumusan skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain yang telah ditulis serta dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dan atau sanksi lainnya, sesuai dengan norma yang berlaku dalam perguruan tinggi ini.

Jember, 26 September 2022

Yang menyatakan :



NIM. 16010164

LEMBAR PENGESAHAN

Proposal Skripsi yang berjudul Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan pada:

Hari : Senin

Tanggal : 26 September 2022

Tempat : -

Tim Penguji
Ketua



Svaiful Bachri, S.KM, M.Kes
NIDN.40060355

Penguji II



Susilawati, S.ST., M.Kes

NIDN. 40033127401

Penguji III



Ns. Trisna Vitaliati, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0702068906

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Soebandi Jember,



Hella Meldy Furgma, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0706109104

HALAMAN PEMBIMBINGAN

**PENGARUH KONSUMSI JAMU KUNYIT ASAM TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI**

LITERATURE REVIEW

SKRIPSI

Oleh :

**Faughfira Rahmatika
16010164**

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Susilawati, S.ST., M.Kes
Dosen Pembimbing Anggota : Ns.Trisna Vitaliati, S.Kep., M.Kep

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember dengan judul “Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri ”.

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis dibimbing dan dibantu oleh berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Hella Meldy Tursina. S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
2. Ns. Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi dan ketua penguji
3. Syaiful Bachri, S.KM, M.Kes. selaku penguji yang memberikan masukan, saran, bimbingan dan perbaikan pada penulis demi kesempurnaan skripsi ini.
4. Susilawati, S.ST., M.Kes. selaku pembimbing utama
5. Ns.Trisna Vitaliati, S.Kep., M.Kep. selaku pembimbing anggota

Penulis tentu menyadari bahwa Proposal Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan kritik serta saran dari semua pihak demi kesempurnaan Skripsi ini.

Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Jember, 26 september 2022

Faughfira Rahmatika

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORIGINALITAS	iv
PROPOSAL SKIRPSI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Praktisi	5
1.4.2 Manfaat Teoritis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Landasan Teori.....	6
2.1.1 Pengertian Konsumsi	7
2.1.2 Definisi jamu	7
2.1.3 Definisi Jamu	7
2.1.4 Morfologi Kunyit Asam.....	10
2.1.5 Kandungan Dan Manfaat Pada Kunyit	11
2.1.6 Kandungan Dan Manfaat Pada asam Jawa	13
2.2 Konsep Nyeri	14
2.2.1 Definisi Nyeri.....	14

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Numeric	27
Gambar 2.2 Skala Deskriptif.....	27
Gambar 2.3 Visual Analog Scale.....	27
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	38

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tanaman Obat Untuk jamu	8
Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jurnal “Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Dengan Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di MAN 3 Palembang”
- Lampiran 2 Jurnal “Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri Haid, (Studi Kasus Pada Siswi SMK Bhakti Nusantara Sidoharjo”
- Lampiran 3 Jurnal “Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Intensitas Nyeri Saat Haid Pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri”
- Lampiran 4 Jurnal “Pengaruh Minyman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenore Pada Siswi di Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten”
- Lampiran 5 Jurnal “Pengaruh Pemberian Minuman Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan tingkat nyeri Menstruasi (Dysmenorrhea) Primer Pada Remaja Putri di MTS Nurul Hikmah Kota Surabaya Tahun 2018”

ABSTRAK

Rahmatika. Faughfira* Susilawati,** Vitaliati, Trisna*** 2022. *Literature Review: Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri*. Literature Review. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember.

Latar Belakang: Para remaja putri sebelum menstruasi sampai hari pertama bahkan hari kedua menstruasi, seringkali mengalami rasa tidak nyaman di bagian perut bawah. Nyeri menstruasi atau bisa disebut dismenorea, nyeri dengan rasa kram di perut bagian bawah dismenore di tandai dengan munculnya rasa kram dibagian bawah perut. Kondisi tersebut normal terjadi setiap bulan, karena merupakan proses alami yang terjadi di rahim wanita. Seiring bertambahnya usia, *dismenore* akan hilang secara bertahap. *Dismenore* sangat mengganggu aktivitas dan produktifitasnya **Metode:** Design penelitian ini menggunakan *literature review*, dengan pengumpulan data, *Goggle scholar* dan SINTA tahun 2015-2020. Pada 5 jurnal yang sesuai. **Hasil:** Pemberian jamu kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 32 responden (61,5%) dan remaja yang mengalami nyeri haid sesudah pemberian jamu kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar tidak mengalami nyeri sebanyak 25 responden (48,1%). **Saran:** Remaja putri disarankan perlu mengkonsumsi jamu kunyit asam pada saat nyeri *dismenore* untuk mengatasi nyeri *dismenore* sebagai upaya pencegahan *dismenore*.

Kata Kunci : Jamu Kunyit Asam, *Dismenore*, Remaja Putri

*Peneliti : Faughfira Rahmatika

**Pembimbing 1 : Susilawati, S.ST., M.Kes

***Pembimbing 2 : Ns.Trisna Vitaliati, S.Kep., M.Kep

ABSTRACT

Rahmatika. Faughfira Susilawati,** Vitaliati, Trisna*** 2022. Literature Review:
Effect of Consumption of Turmeric Tamarind on Reduction of
Dysmenorrhea Pain in Adolescent Girls. Literature Review.
Nursing Study Program Universitas dr. Soebandi Jember.*

Introduction: *The young women before menstruation until the first day and even
the second*

*day of menstruation, often experience discomfort in the lower abdomen. Menstrual
pain or can be called dysmenorrhea, pain with cramping in the lower abdomen.
Menstrual pain or can be called dysmenorrhea, pain with cramping in the lower
abdomen. Dysmenorrhea is a characterized by the appearance of cramping in
the lower abdomen. This condition normally occurs every month, because it is a
natural process that occurs in a woman's womb. With age, dysmenorrhea will
disappear gradually. Dysmenorrhea greatly interveres with their activities and
productivity. **Method:** *The design of this study uses literature review, with data
collection, Google Scholar and SINTA 2015-2020. In the appropriate 10 journals.
Result: *Giving the herbal turmeric tamarind showed that most of them experienced
mild pain as many as 32 respondents (61.5%) and teenagers who experienced
menstrual pain after giving the herbal turmeric acid showed that most of them did
not experience pain as many as 25 respondents (48.1%). **Discussion:** *Adolescent
girls are advised to consume turmeric and tamarind herbs during dysmenorrhea pain
to treat dysmenorrhea pain as an effort to prevent dysmenorrhea.****

Keywords: *Tumeric Acid, Dysmenorrhea, Teenage Girl*

***author** : Faughfira Rahmatika

**** Advisor 1** : Susilawati, S.ST., M.Kes

***** Advisor 2** : Ns. Trisna Vitaliati, S.Kep., M.Kep

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa, terjadi perubahan perkembangan fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu bentuk dari perkembangan manusia. Keadaan yang sering ditakuti oleh remaja putri adalah menstruasi pertama, atau dalam bahasa medis disebut dengan *menarche*. Kejadian ini menandakan remaja putri memasuki masa pubertas (Riyanto, 2001). Proses menstruasi ini akan berlangsung dengan rutin tiap bulan pada setiap wanita normal yang akan dimulai sekitar 14 hari setelah terjadi ovulasi. Para remaja putri sebelum menstruasi sampai hari pertama bahkan hari kedua menstruasi, seringkali mengalami rasa tidak nyaman di bagian perut bawah. Nyeri menstruasi atau bisa disebut dismenoreia, nyeri dengan rasa kram di perut bagian bawah dismenoreia ditandai dengan munculnya rasa kram dibagian bawah perut. Kondisi tersebut normal terjadi setiap bulan, karena merupakan proses alami yang terjadi di rahim wanita. Seiring bertambahnya usia, dismenoreia akan hilang secara bertahap. Disminoreia sangat mengganggu aktivitas dan produktifitasnya. Adapun faktor resiko yang berhubungan dengan dismenoreia, yaitu menstruasi pertama pada usia amat dini (*earlier age at menarche*), periode menstruasi yang lama (*long menstrual periods*) dan aliran menstruasi yang hebat

(heavy menstruasi flow).

Nyeri haid digolongkan menjadi dua yaitu nyeri haid primer dan nyeri haid sekunder. Nyeri haid primer adalah nyeri pada perut bagian bawah saat menstruasi tanpa disertai adanya kelainan atau penyakit pada panggul. Nyeri haid sekunder, dimulai pada usia dewasa, menyerang wanita yang semula bebas dari nyeri haid. Disebabkan oleh adanya kelainan alat-alat kandungan, misalnya : endometriosis, peradangan di daerah panggul, tumor kandungan, dan sebagainya. Permasalahan nyeri haid adalah permasalahan yang paling sering dikeluhkan perempuan, karena menyerang tanpa batasan usia. Remaja putri akan lebih sering merasakan sakit akibat dismenorea primer karena siklus hormonal yang dialami belum begitu stabil. Dismenorea primer ini akan sangat mengganggu konsentrasi dan aktivitas para remaja putri (Junizar et al, 2001).

Disminore juga disertai dengan rasa mual, muntah, diare dan kram, sakit seperti kolik diperut bahkan pingsan, keadaan ini muncul sangat hebat sehingga menyebabkan penderita mengalami kelumpuhan aktivitas untuk sementara waktu (Youngson, 2002). Kejadian nyeri yang di alami wanita menstruasi di dunia mendapati angka cukup tinggi, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Kejadian nyeri yang di alami wanita menstruasi di dunia mendapati angka cukup tinggi, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Presentasinya di Amerika sekitar 60%, di Swedia sekitar 72%, sementara di Indonesia sendiri mencapai 55% (Proverawati dan Misaroh, 2009). Kenyataan yang bisa ditemukan, dengan angka kejadian yang tinggi di Indonesia tidak membuat partisipan nyeri menstruasi untuk berobat. Dapat diperkirakan jumlah partisipan yang datang berobat hanya 12% saja karena para wanita menganggap nyeri menstruasi adalah hal yang wajar, padahal nyeri menstruasi primer yang tidak disadari dan tidak mendapatkan pemeriksaan lebih lanjut terkadang memperlihatkan kelainan organik yang merupakan nyeri

menstruasi sekunder (Wulandari, 2017). Apabila nyeri menstruasi tidak ditangani maka dapat menyebabkan depresi, infertilitas, gangguan fungsi seksual, kualitas hidup menurun karena tidak bisa menjalankan aktivitas sehari-hari, memicu angka kematian yang meningkat (Titilayo, Agunbiade, Banjo, & Lawani, 2009).

Nyeri haid dapat dikurangi secara farmakologi dan non farmakologis, secara farmakologi adalah dengan obat golongan nonsteroid anti-inflammatory drugs (NSAIDs) diantaranya ada ibuprofen, naproxen, diclofenac, hydrocodone dan acetaminophen, ketoprofen, meclofenamatn sodium tetapi obat-obatannya tersebut menyebabkan ketergantungan dan memiliki kontraindikasi yaitu hipersensitivitas, ulkus peptic (tukak lambung), perdarahan atau perforasi gastrointestinal, insufisiensi ginjal, dan resiko tinggi perdarahan. Sedangkan Nonfarmakologis dapat dilakukan dengan relaksasi, olahraga, kompres hangat, senam, distraksi dan pemberian kunyit asam.

Produk herbal atau fitofarmaka saat ini sedang menjadi alternatif utama bagi remaja para putri yang ingin mengurangi rasa nyeri tanpa mendapat efek samping (Kylenorton, 2010). Salah satu produk herbal yang biasa dikonsumsi dan telah familiar di masyarakat untuk mengurangi nyeri dismignore adalah minuman jamu kunyit asam (Wieser, 2007).

Jamu merupakan salah satu warisan bangsa, bukan hanya dari konsep obat atau kesehatan. Minuman kunyit adalah suatu minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit. Dengan diberikan minuman kunyit terbukti dapat mengurangi tingkat nyeri menstruasi pada remaja putri, dikarenakan kunyit mengandung berbagai bahan aktif alami yang dapat menurunkan aktivitas enzim siklooksigenase (COX) sehingga dapat menurunkan reaksi inflamasi, mengurangi pelepasan prostaglandin saat menstruasi, menekan aktivitas sistem saraf otonom sehingga menekan terjadinya kontraksi dan vasospasme uterus yang berlebihan, dan mengurangi stres emosional yang bekerja melalui sistem saraf otonom. Kunyit asam bermanfaat sebagai analgetik yang dapat mengurangi nyeri haid. Selain itu, setelah diberikan minuman kunyit remaja putri dapat melakukan kegiatannya kembali, seperti mengikuti proses belajar. Ekstrak etanol pada kunyit memiliki fungsi sebagai analgesik yang dapat mengurangi atau mengatasi keluhan pada nyeri

menstruasi primer sedangkan kandungan anthocyanin yang terdapat di asam jawa akan bekerja dalam menghambat penurunan prostaglandin, serta kandungan dari tanins, saponins, alkaloid, sesquiterpenes, dan phlobotamins yang dapat mempengaruhi kerja saraf otonom untuk menurunkan kontraksi dari uterus (Wulandari, 2017). Dalam penelitian sebelumnya yang telah berhasil dilakukan menyebutkan bahwa ada perbedaan dari pemberian minuman dengan kunyit asam dan minuman jahe dalam penurunan nyeri menstruasi. Minuman yang terbuat dari kunyit asam ini dinyatakan lebih efektif untuk mengurangi nyeri menstruasi primer pada remaja dari pada dengan minuman jahe (Ekawati, 2017).

Adanya keterkaitan dan pengaruh yang kuat antara kunyit asam dengan tingkat nyeri menstruasi mendorong peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai apakah terdapat pengaruh dari konsumsi kunyit asam terhadap tingkat nyeri dismimore pada remaja putri.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas adakah pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri: *Literature Review*.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri: *Literature Review*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

- a. Mendeskripsikan pemberian jamu kunyit asam: *Literature Review*
- b. Mendeskripsikan nyeri dismenore: *Literature Review*
- c. Menganalisis pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri: *Literature Review*

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktisi

Hasil penelitian *Literature Review* ini diharapkan bermanfaat dan menambah pengetahuan khususnya mengenai pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Teoritis

a. Bagi Remaja

Diharapkan dapat memberikan manfaat bagi remaja untuk memperoleh pengaruh tentang dismenore sehingga dapat memberikan kontribusi.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan *Literature Review* ini dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan program kesehatan khususnya tentang dismenore dan cara mengatasinya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian langsung dan menambahkan variabel untuk mengembangkan peneliti tentang pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri.

d. Bagi Institusi

Hasil *Literature Review* ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi tenaga Pendidikan dalam memberikan pendidikan kesehatan khususnya tentang dismenore

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Pengertian Konsumsi

Konsumsi secara universal disebut sebagai “*consumption*” (Pepermans, 2002). Dalam kehidupan sehari-hari seorang manusia pasti harus melakukan konsumsi untuk bisa bertahan hidup. Konsumsi tidak sempit dalam hal makanan atau minuman saja tetapi dalam hal pemakaian suatu barang lainnya, misalnya rumah, pakaian, alat transportasi, dan lain sebagainya.

Secara umum, konsumsi berarti suatu kegiatan manusia yang secara langsung menggunakan barang dan jasa untuk memenuhi kebutuhannya dengan tujuan untuk memperoleh kepuasan yang berakibat menghabiskan atau mengurangi nilai guna barang atau jasa (Carroll, 2002).

Pengertian konsumsi menurut para ahli *Suherman Rosyidi* Konsumsi diartikan sebagai penggunaan barang-barang dan jasa-jasa yang secara langsung akan memenuhi kebutuhan manusia. Konsumsi atau lebih tepatnya pengeluaran konsumsi pribadi adalah pengeluaran oleh rumah tangga atas barang-barang akhir dan jasa. Sedangkan menurut *N. Gregory Mankiw* konsumsi merupakan pembelanjaan barang dan jasa oleh rumah tangga. Barang meliputi pembelanjaan rumah tangga pada barang yang tahan lama seperti kendaraan, alat rumah tangga, dan barang tidak tahan lama seperti makanan, pakaian. Jasa meliputi barang yang tidak berwujud seperti potong rambut, layanan kesehatan.

Ciri-ciri kegiatan konsumsi yang dilakukan oleh manusia, antara lain (Pepermans, 2020):

- a. Barang yang dikonsumsi merupakan buatan manusia.
- b. Barang yang dikonsumsi ditujukan langsung untuk memenuhi atau memuaskan hidup manusia.
- c. Barang yang dikonsumsi akan habis atau mengalami penyusutan yang pada akhirnya barang tersebut tidak dapat dimanfaatkan lagi.

Konsumsi juga termasuk dalam kegiatan sosial yang memungkinkan seseorang berhubungan dengan orang lain (Curran dan Cassale, 2003). Maka dari itu dengan melakukan konsumsi, manusia bisa dikatakan sebagai makhluk sosial yang saling membutuhkan (Carroll, 2001).

2.1.2 Definisi Jamu

Jamu adalah ramuan unik untuk pengobatan herbal di Indonesia dan digunakan untuk mengobati apa pun sesuai dengan efektifitas tanaman yang di kenal secara turun-temurun. Jamu telah digunakan secara berabad-abad di Indonesia dan masih digunakan sampai saat ini (Alona, 2003). Jamu merupakan istilah yang digunakan oleh orang Jawa, orang Jawa menyebut jamu sebagai pengobatan herbal. Pengobatan herbal merupakan pengobatan yang tidak menggunakan bahan kimia sintetik yang *additive*. Jamu merupakan istilah tradisional, karena jamu berasal dari tradisi yang sangat tua di Jawa, serta masih eksis dalam waktu yang sangat lamasebelum ilmu farmasi modern memasuki Indonesia. Pada resep pembuatan jamu, beberapa formula berumur sangat tua, dan saat ini masih digunakan dengan khasiat penyembuhan penyakit dengan baik (Alona, 2003).

a. Sejarah jamu

Asal muasal tentang nama “jamu” tidak diketahui, tidak ada yang benar-benar mengetahuin bagaimana asalnya budaya jamu. Namun, kisah bersejarah yang sangat terkenal, menghubungkan jamu ke abad 17 tentang kekuasaan Kerajaan Hindu Mataram. Dimana para putri keraton, menjaga kesehatan dan kecantikan diri agar terlihat selalu tampak muda dan cantik, mereka menggunakan jamu dan kosmetik herbal (Alona, 2003).

b. Tanaman obat yang digunakan untuk jamu

Terdapat ratusan jenis tanaman obat yang digunakan untuk bahan pembuatan jamu, berikut ini salah satu jenis tanaman obat untuk jamu yaitu :

Tabel 2.1 Tanaman Obat Untuk Jamu

Keterangan	Jenis Tanaman Obat
------------	--------------------

Rempah bumbu	Jahe (<i>Zingiber Officinale</i>) Lempuyang (<i>Zingiber Oronticum</i>) Temu lawak (<i>Curcuma Cautkeridza</i>) Kunyit (<i>Curcuma Domestika</i>) Lengkuas (<i>Elpina Galanga</i>) Bengle (<i>Zingiber Bevifalium</i>)
Daun-daunan	Secang (<i>Caesalpinia Sappan Hinn</i>) SambangDara (<i>Rexso Ecaria Bicolor Dassk</i>) Brotowali (<i>Tiospora Rumpii Boerl</i>) Adas (<i>Foeniculum Vulgare Mil</i>)
Buah	Jeruk nipis (<i>Citrae Aurantifalia Sivingle</i>) Ceplukan (<i>Physalic Angulata Him</i>)
Kulit pohon	Nyamplung (<i>Calophyllum Inaphyllu</i>) Kayu manis (<i>Gijeyzahya Ait</i>)
Bunga	Melati (<i>Jataninum Sumbac Air</i>) Rumput Alang-alang (<i>Gramineace</i>)

Sumber : Javanessia Herbal

c. Jenis-jenis jamu

1. Jamu gendong adalah jamu hasil produksi rumahan (*home industry*) cara pemasannya dengan cara memasukkan hasil olahan jamu yang telah dibuat ke dalam botol-botol kemudian disusun didalam bakul. Selanjutnya bakul tersebut akan digendong oleh penjual jamu. Jamu ini dijual dengan cara berkeliling dari rumah kerumah (Syahputra, 2014).
2. Jamu segar adalah yang dibuat masih menggunakan tangan dengan bantuan alat tradisional yang terbuat dari batu berupaa lumpang dan alu yang berfungsi untuk menghaluskan bahan racikan jamu. Sedangkan jamu instan yaitu jamu yang dibuat menggunakan mesin dalam bentuk serbuk yang di kemas dan

melalui proses produksi yang panjang sehingga menjadi produk jamu kemasan.

d. Bentuk sediaan jamu

1. Serbuk

Serbuk adalah campuran homogen dua atau lebih obat yang diserbukkan. Pada pembuatan serbuk kasar, terutama serbuk nabati, digerus terlebih dahulu sampai halus setelah itu dikeringkan pada suhu tidak lebih 50 derajat celsius. serbuk yang mudah dikeringkan menggunakan bahan pengering yang cocok, setelah itu ditumbuk sampai menjadi serbuk yang halus (Anief, 2000).

2. Larutan

Larutan atau zat cair biasanya dimasukkan kedalam botol atau kemasan yang di gunakan sebagai wadah. Cara melarutkan zat cair yaitu dengan cara dipanaskan atau direbus (Anief, 2000).

3. Tablet

Tablet merupakan sediaan padat kompak dibuat secara kempa cetak dalam bentuk rata atau cembung rangkap, umumnya bulat, mengandung satu jenis obat atau lebih (Anief, 2002)

4. Pil

Pil merupakan sediaan yang berbentuk bulat seperti kelereng mengandung satu atau lebih bahan obat. Berat pill berkisar 100-500 mg. Untuk membuat pill dibutuhkan zat tambahan (Anief, 2002)

5. Kapsul

Kapsul merupakan obat berbentuk padat, obat yang terdiri dari dalam cangkang yang lunak dan mudah larut. Cangkang kapsul umumnya terbuat dari gelatin. Ukuran cangkang kapsul bervariasi dari nomer paling kecil hingga nomer paling besar (Anonim, 1995).

2.1.3 Definisi Kunyit Asam

Kunyit (*curcuma domestica Val*) termasuk salah satu tanaman rempah dan obat asli dari wilayah Asia Tenggara. Penyebaran tanaman ini sampai ke Malaysia, Indonesia, Asia Selatan, Cina Selatan, Taiwan, Filipina, Australia, bahkan Afrika. Tanaman ini tumbuh dengan baik di Indoneisa (Agoes, 2010). Tanaman kunyit siap dipanen pada umur 8-18 bulan, pemanenan kunyit yang baik saat kunyit berumur 11-12 bulan, yaitu pada saat gugurnya daun kedua. Ciri - ciri kunyit yang siap panen ditandai dengan berakhirnya pertumbuhan vegetatif, seperti terjadi kelayuan/perubahan warna daun dan batang yang semula hijau berubah menjadi kuning (Hapsoh dan Hasanah, 2011).

Asam jawa (*Tamarindus indica*) termasuk ke dalam suku *Fabaceae* (Leguminosae). Spesies ini adalah satu-satunya anggota marga *Tamarindus*. Beberapa bagian tumbuhan asam jawa telah dimanfaatkan untuk keperluan pangan dan medis. Daging buah asam jawa digunakan sebagai bahan baku pembuatan obat-obatan herbal, sedangkan bunga dan daun asam jawa biasa dikonsumsi sebagai sayuran (Tsunda dkk, 1994).

2.1.4 Morfologi Kunyit Asam

1. Kunyit

- a. Batang Tanaman kunyit tumbuh bercabang dengan tinggi 40-100 cm. Batangnya merupakan batang semu, tegak, bulat, membentuk rimpang dengan warna hijau kekuningan, dan tersusun dari pelepah daun (Yusuf, 2012).
- b. Daun
Tanaman kunyit merupakan daun tunggal yang bentuknya bulat telur (lanset) memanjang hingga 40-100 cm dan lebar 8-12,5 cm. Ujung dan pangka daun runcing tepi daunnya yang rata, pertulangan daunnya menyirip dengan warna hijau pucat (Yusuf, 2012).

c. Bunga

Tanaman kunyit mempunyai bunga majemuk yang berambut dan bersisik dari pucuk batang semu. Panjangnya 10-15 cm dengan mahkota sekitar 3 cm dan lebar 1,5 cm. Berwarna putih atau kekuning-kuningan (Yusuf, 2012).

d. Rimpang

Kunyit termasuk tumbuhan rempah yang berupa akar rimpang. Ukurannya bervariasi, panjangnya bisa mencapai 10 cm, tetapi rata-rata 5-7 cm. Kulit luar rimpang berwarna jingga kecoklatan sedangkan daging buahnya merah jingga kekuning-kuningan (Yusuf, 2012).

2. Asam

a. Buah

Daging buah sangat populer tidak hanya sebagai bahan masakan. Mengandung bermacam-macam asam seperti asam tartarat, malat, sitrat, suksinat, asetat (Yusuf, 2012).

b. Biji

Biji asam biasa dimakan setelah di rendam dan direbus atau dipanggang. Biji asam juga bisa dijadikan tepung untuk membuat roti (Yusuf, 2012)

c. Daun

Daun muda pada asam disebut sinom digunakan bersama kunyit dan bahan lain untuk membuat jamu yang berfungsi untuk minuman kesegaran, memperlancar ASI, mengurangi radang, nyeri persendian, dan mengobati demam (Yusuf, 2012).

2.1.5 Kandungan Dan Manfaat Pada Kunyit

Senyawa kimia yang terkandung dalam kunyit adalah kurkuminoid atau zat warna, yakni sebanyak 2,5-6%. Pigmen kurkumin inilah yang memberi warna kuning orange pada rimpang (Winarto, 2004). Salah satu kandungan yang terdapat dalam kurkuminoid adalah kurkumin. Komponen kimia yang terdapat didalam rimpang kunyit diantaranya minyak atsiri, pati, zat pahit, resin selulosa dan beberapa mineral. Kandungan minyak atsiri pada kunyit sekitar 3-5%. Kunyit juga mengandung zat warna lain, seperti monodesmetoksikurkumin dan

biodesmetoksikurkumin, setiap rimpang segar kunyit mengandung ketiga senyawa ini sebesar 0,8% (Winarto, 2004).

Manfaat kunyit untuk kesehatan menurut (Hartati, 2013) :

1. Antioksidan

Kandungan kurkumin dalam kunyit dapat mensterilkan radikal bebas dan meningkatkan aktivitas enzim antioksidan. Dengan begitu, kurkumin mampu melawan radikal bebas. Kurkumin menghentikan radikal bebas secara langsung, kemudian menstimulasi mekanisme antioksidan tubuh.

2. Anti pikun

Aktivitas kunyit sebagai COX-2 inhibitor yang telah digunakan untuk study *Al-zheimer*, kurkumin diketahui dapat mengurangi inflamasi dan terjadinya kerusakan sel-sel pada otak, sehingga berpotensi dalam obat pencegahan penyakit *Al-zheimer*.

3. Antimikroba

Penelitian secara in-vitro, in-vivo, dan uji klinis telah membuktikan bahwa kunyit bersifat antimikroba yang dapat menghambat pertumbuhan dan membunuh beberapa jenis jamur, bakteri, dan virus. Senyawa kurkumin yang terkandung dalam rimpang kunyit juga toksik terhadap beberapa jenis bakteri seperti *Staphylococcus aureus*, *Micrococcus pyogenes*. Kunyit juga dapat menghambat replikasi dari virus *Human immunodeficiency virus* (HIV).

4. Antiseptik

Pada pengujian secara in-vitro, ekstrak kunyit dalam eter dan kloroform dapat menghambat pertumbuhan. Beberapa jamur *dermatophyses*. Ekstrak alkohol dapat menghambat produksi aflatoxin dari jamur *Aspergillus paraticus*, obat luka, dan berbagai jenis penyakit infeksi seperti cacar, hepatitis, sakit gigi, malaria, *bronchitis*, dan penyakit kulit.

5. Antiinflamasi

Kandungan kurkumin dalam kunyit dapat mengurangi kadar histamine dan menaikkan kortison yang di produksi kelenjar adrenal. Mekanisme kurkumin

sebagai anti inflamasi adalah dengan menghambat produksi prostaglandin yang dapat dipelantari melalui penghambatan aktivitas enzim siklooksigenase.

2.1.6 Kandungan Dan Manfaat Pada Asam Jawa

Menurut Argomedia (2008) kandungan dalam 100 gram asam jawa terdapat 230,00 Kcal energi, 62,50 gram karbohidrat, 2,80 gram protein, 0,6 gram lemak, 10 mg kolesterol, 5,1 serat, 14,000 asam folat, 1,938 mg niasin, 0,143 mg asam pantotenat, 0,066 mg piridokin, 0,428 mg thiamin, 30,000 IU vitamin A, 3,500 mg vitamin C, 0,100 mg vitamin E, 2,800 vitamin K, 28 mg natrium, 628 mg kalium, 74 mg kalsium, 0,86 mg tembaga, 2,8 mg zat besi, 92,00 mg magnesium, 113,00 mg fosfor, 1,30 selenium, 0,10 mg zing.

Manfaat asam jawa untuk kesehatan menurut Yusuf (2012) :

1. Membantu sistem syaraf berkeja secara cepat

Asam jawa adalah sumber istimewa dari thiamin, sejenis vitamin B yang berperan penting dalam beberapa fungsi tubuh. Antara lain aktivitas saraf dan otot.

2. Menjaga tulang kuat

Asam mengandung magnesium. Sebuah studi menunjukkan, orang-orang dengan intake potassium dan magnesium tinggi mempunyai tulang yang lebih kuat dan kepadatan tulang yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak.

3. Mencegah konstipasi

Asam merupakan sumber serat tinggi. Tak heran jika asam digunakan sebagai laktasid alamiah. Serat makanan diketahui berperan dalam mengatur buang air besar.

4. Mengendalikan kadar kolesterol

Asam mengandung niacin, sejenis vitamin B yang sangat penting dalam mnegurangi kolesterol jahat dan meningkatkan kolesterol baik dalam tubuh.

5. Mengendalikan tekanan darah

Asam mengandung potassium dan kali lebih banyak dibandingkan pisang. Potassium mengontrol tekanan darah dengan mengendalikan efek sodium didalam tubuh.

6. Mencegah anemia

Mengandung zat besi di dalam asam membantu mencegah anemia.

7. Memperkuat sistem imun

Diantara buah-buahan, asam mengandung protein tinggi, nutrient yang menghasilkan anti body untuk membantu memerangi virus dan bakteri.

8. Mengurangi nyeri haid

Buah asam jawa memiliki agen aktif alami yaitu *anthocyanin* sebagai anti inflamasi, *Tannins*, *Saponins*, *Sesquiterpenes*, *Alkaloid*, dan *Phlobotaminsang* akan mempengaruhi sistem syaraf otonom sehingga dapat mempengaruhi otak untuk bisa mengurangi kontraksi uterus dan sebagai agen analgesik (Novi dan Ayu, 2012).

2.2 Konsep Nyeri

2.2.1 Definisi Nyeri

Nyeri merupakan kondisi yang sangat tidak diharapkan oleh setiap individu. Rasa nyeri yang dirasakan sering kali berbeda pada setiap individu. Menurut Melzack dan Wall (dalam Andarmoyo, 2016:16) nyeri merupakan suatu pengalaman yang bersifat pribadi, sesuatu yang subjektif, yang dipengaruhi oleh budaya, persepsi seseorang, perhatian, dan variabel psikologis lain, yang nantinya akan mengganggu perilaku individu secara berkelanjutan sehingga memotivasi setiap individu untuk menghentikan rasa tersebut.

Nyeri yang timbul merupakan campuran dari berbagai respon. Respon dapat berupa respon fisiologis maupun respon psikologis. Menurut Tournaire dan Theau Yonneau (dalam Andarmoyo, 2016:17) nyeri merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan, baik sensori maupun emosional yang berhubungan dengan risiko atau aktualnya kerusakan jaringan tubuh.

Nyeri yang terasa sangat mengganggu ternyata merupakan suatu hal yang menguntungkan bagi tubuh. Dengan adanya nyeri kita bisa mengetahui kondisi tubuh kita. Menurut Sherwood L (dalam Andarmoyo, 2016:16-17), nyeri sebenarnya merupakan mekanisme protektif yang dimaksudkan untuk menimbulkan kesadaran telah atau akan terjadinya kerusakan jaringan. Menurut Arthur C. Curton (dalam Andarmoyo, 2016: 16-17) mengatakan bahwa nyeri merupakan suatu mekanisme proteksi bagi tubuh, timbul ketika jaringan sedang rusak, dan menyebabkan individu tersebut bereaksi untuk menghilangkan nyeri.

2.2.2 Teori Nyeri

Ada banyak teori yang berusaha menjelaskan dasar neurologis dari nyeri. Namun sampai saat ini masih belum ada teori yang dapat menjelaskan secara sempurna bagaimana nyeri ditransmisikan, mekanisme transmisi impuls nyeri, sensasi nyeri, dan perbedaan tiap individu dalam mempersepsikan sensasi nyeri yang dirasa. Beberapa teori terkait dengan nyeri menurut para ahli diantaranya adalah:

- a. Teori spesivitas pertama kali diperkenalkan oleh Descartes. Teori ini menjelaskan mengenai prinsip dari nyeri. Descartes menjelaskan bahwa nyeri berjalan dari reseptor-reseptor nyeri yang spesifik melalui jalur neuroanatomik tertentu ke pusat nyeri di otak dan menjelaskan bahwa hubungan antar stimulus dan respons nyeri bersifat langsung dan invariable.
- b. Teori Pola (Pattern Theory)

Teori pola pertamakali diperkenalkan oleh Goldsheider. Teori ini menjelaskan mengenai pola nyeri. Goldsheider menjelaskan bahwa nyeri disebabkan oleh berbagai reseptor sensori yang dirangsang oleh pola tertentu. Nyeri merupakan akibat dari stimulasi reseptor yang menghasilkan pola tertentu dari impuls saraf. Pada sejumlah causalgia, nyeri pantom, dan neuralgia teori pola ini bertujuan bahwa rangsangan yang kuat mengakibatkan berkembangnya gaung terus menerus pada spinal cord sehingga saraf transmisi nyeri bersifat hipersensitif,

sehingga hanya dengan rangsangan yang rendah dapat menghasilkan transmisi nyeri.

c. Teori Pengontrolan Nyeri (Theory Gate Control)

Teori gate control diperkenalkan oleh Melzack dan Wall. Teori ini menjelaskan bagaimana transmisi nyeri dan bagaimana nyeri dapat dikontrol ataupun dihambat. Melzack dan Wall menjelaskan bahwa impuls nyeri dapat diatur dan dapat dihambat oleh mekanisme pertahanan di sepanjang sistem saraf pusat. Pada teori ini dijelaskan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dibuka dan impuls dihambat saat sebuah pertahanan tertutup. Upaya menutup pertahanan tersebut merupakan dasar teori menghilangkan nyeri

Proses pertahanan sangat berperan dalam memunculkan nyeri dan penghambatan nyeri. Dalam mengelola nyeri, proses pertahanan dipengaruhi oleh berbagai reseptor. Proses pertahanan diatur oleh keseimbangan aktivitas dari neuron sensorik dan serabut kontrol desenden dari otak. Neuron delta-A dan C melepaskan substansi P untuk mentransmisi impuls melalui mekanisme pertahanan. Selain itu terdapat juga mekanoreseptor (sel yang menransduksi rangsangan mekanik dan merelay sinyal ke sistem saraf pusat), dan neuron beta-A yang lebih tebal yang lebih cepat melepaskan neurotransmitter penghambat. Apabila masukan yang dominan berasal dari serabut beta-A, akan menutup mekanisme pertahan. Jika impuls nyeri dihantarkan ke otak, maka akan ada pusat korteks yang lebih tinggi di otak yang memodifikasi nyeri.

Dalam memodifikasi nyeri, proses pertahanan akan merangsang bagian di dalam otak. Otak akan merangsang pengeluaran beberapa hormon. Ketika impuls nyeri dihantarkan ke otak, kemudian pusat korteks melakukan modifikasi nyeri, maka alur saraf descenden akan melepaskan opiat endogen, seperti endorfin dan dinorphin yang merupakan suatu pembunuh nyeri alami yang berasal dari tubuh. Neuromodulator ini menutup mekanisme pertahanan dengan menghambat pelepasan substansi P. Teknik relaksasi, pemberian placebo, konseling merupakan upaya untuk melepaskan endorfin.

Pada saat tidak terjadi rangsangan atau tidak adanya suatu stimulus, sistem saraf tetap berperan. Ketika tidak ada rangsangan nyeri, inhibitory neuron mencegah projection neuron (Projection cell) untuk mengirim sinyal ke otak. Sehingga, dapat dikatakan gerbang tertutup atau tidak ada persepsi nyeri. Ketika rangsangan normal atau somatosensori (sentuhan, perubahan suhu, dll) terjadi, rangsangan akan di hantarkan melalui serabut saraf besar (hanya serabut saraf besar) yang akan menyebabkan inhibitory neuron dan projection neuron aktif. Tetapi inhibitory neuron mencegah projection neuron untuk mengirim sinyal ke otak, sehingga gerbang masih tertutup dan tidak ada persepsi nyeri. Ketika nociception (rangsangan nyeri) muncul, rangsangan akan di hantarkan melalui serabut saraf kecil dan kemudian menyebabkan inhibitory neuron menjadi tidak aktif, dan projection neuron mengirimkan sinyal ke otak sehingga, gerbang terbuka dan persepsi nyeri muncul.

d. Endogenous Opiat Theory

Teori endogenous opiate pertama kali dikembangkan oleh Avron Goldstein. Teori endogenous opiate menjelaskan tentang sebuah teori pereda nyeri. Goldstein menemukan bahwa terdapat substansi opiat yang terjadi secara alami di dalam tubuh. substansi tersebut disebut dengan endorphine, yang berasal dari kata endogenous dan morphine. Endorphine atau endorfin merupakan sistem penekanan nyeri yang dapat diaktifkan dengan merangsang daerah reseptor endorfin pada otak tengah.

Endorfin yang terstimulasi akan memengaruhi proses transmisi nyeri. Endorfin mempengaruhi impuls yang akan diinterpretasikan sebagai nyeri. Endorfin dapat bertindak sebagai neurotransmitter maupun neuromodulator yang menghambat transmisi dari pesan nyeri. Adanya endorfin pada sel-sel saraf menyebabkan status penurunan sensasi nyeri. Endorfin yang gagal ataupun terhambat untuk dilepaskan kemungkinan akan menimbulkan terjadinya sensasi nyeri (Andarmoyo, 2016:18-20).

2.2.3 Klasifikasi Nyeri

Para ahli mengklasifikasikan nyeri sesuai dengan pendapatnya masing-masing. Ada yang mencoba mengklasifikasikan secara kualitatif dan secara khusus. Menurut Wolf nyeri secara kualitatif dibedakan menjadi dua bagian yaitu nyeri fisiologis dan nyeri patologis. Nyeri fisiologis merupakan nyeri yang berfungsi secara normal sebagai alat proteksi tubuh. Nyeri patologis merupakan sensor abnormal yang dirasakan oleh seseorang yang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah adanya trauma, infeksi bakteri atau virus.

Selain mengklasifikasikan nyeri secara kualitatif, nyeri juga diklasifikasikan secara khusus oleh para ahli. Nyeri yang diklasifikasikan secara khusus akan mempermudah seseorang untuk menentukan nyeri yang dialami. Nyeri secara khusus dapat dibedakan menjadi tiga bagian, yaitu:

1. Berdasarkan Durasi

a. Nyeri Akut

Nyeri akut dapat berhenti secara cepat dan dapat berhenti dengan sendirinya. Nyeri akut, rasa nyeri dapat muncul secara tiba-tiba dan hilang setelahnya. Menurut Meinhart dan McCaffery nyeri akut adalah nyeri yang terjadi setelah cedera akut, penyakit, inflamasi, atau intervensi bedah dan memiliki awitan yang cepat, dengan intensitas yang bervariasi (ringan sampai berat) dan berlangsung untuk waktu singkat. Nyeri akut berdurasi kurang dari enam bulan. Memiliki onset tiba-tiba dan terlokalisasi, bisa hilang dengan sendirinya tanpa pengobatan. Nyeri akut terkadang disertai dengan aktivasi system saraf simpatis sehingga akan menimbulkan gejala seperti peningkatan respirasi, peningkatan tekanan darah, peningkatan denyut jantung, menangis, mengerang kesakitan, mengerutkan wajah.

b. Nyeri Kronik

Nyeri kronik dan nyeri akut merupakan nyeri yang berbeda. Perbedaan nyeri akut dan nyeri kronik terletak pada lama nyeri. Klien yang mengalami nyeri

kronik seringkali mengalami gejala yang hilang timbul sebagian maupun keseluruhan. Menurut McCaffery nyeri kronik adalah nyeri yang berlangsung lebih dari enam bulan. Nyeri kronik adalah nyeri yang tidak memberikan respon terhadap pengobatan yang diarahkan pada penyebabnya. Sedangkan menurut Potter dan Perry nyeri kronis dibedakan menjadi dua, yaitu nyeri kronik nonmalignan dan malignan. Nyeri kronis nonmalignan merupakan nyeri yang timbul akibat cedera jaringan yang tidak progresif, bisa timbul tanpa penyebab yang jelas, seperti nyeri pinggang, dan osteoarthritis. Nyeri kronik malignan yang disebut juga sebagai nyeri kanker yang memiliki penyebab yang jelas dan bisa diidentifikasi.

2. Berdasarkan Asal Nyeri

a. Nyeri Nosiseptif

Nyeri nosiseptif sama halnya dengan nyeri akut. Nyeri akut nyerinya terlokalisasi, sama halnya dengan nyeri nosiseptif. Nyeri nosiseptif merupakan nyeri yang diakibatkan aktivasi nosiseptor perifer yang merupakan reseptor khusus yang mengantarkan stimulus noxious. Nyeri nosiseptif dapat terjadi karena adanya stimulus yang mengenai kulit, tulang, sendi, otot, jaringan ikat, dan lain-lain. Nyeri ini dapat terjadi pada nyeri kanker dan nyeri post operatif. Nyeri nosiseptif merupakan nyeri akut, nyeri akut merupakan nyeri nosiseptif yang mengenai darah perifer dan letaknya lebih terlokalisasi.

b. Nyeri Neuropatik

Nyeri neuropatik berbeda dengan nyeri nosiseptif. Nyeri nosiseptif sama halnya dengan nyeri akut, nyeri neuropatik sama halnya dengan nyeri kronis. Nyeri neuropatik merupakan nyeri yang timbul akibat suatu cedera atau abnormalitas pada struktur saraf perifer maupun sentral. Nyeri neuropatik bertahan lebih lama daripada nyeri nosiseptif, dan merupakan proses input saraf sensorik yang abnormal oleh sistem saraf perifer. Nyeri ini lebih sulit untuk

diobati, dan pasien yang mengalami nyeri neuropatik akan merasakan nyeri seperti terbakar, dan bersifat kronik.

3. Berdasarkan Lokasi

a. Superficial atau kutaneus

Dalam menjalani aktivitas, seseorang selalu bersentuhan baik secara langsung maupun tidak langsung maupun tidak langsung. Saat bersentuhan secara fisik, secara sengaja maupun tidak sengaja, sentuhan tersebut bisa menimbulkan cedera ataupun perlukaan. Nyeri superficial atau kutaneus merupakan nyeri yang disebabkan oleh stimulasi kulit. Nyeri terlokasi dan berlangsung singkat, nyeri biasanya terasa sebagai sensasi yang tajam. Contohnya adalah luka tertusuk jarum suntik, laserasi.

b. Viseral Demam

Nyeri yang dirasakan tidak selalu timbul akibat perlukaan yang bisa dilihat secara fisik. Nyeri bisa timbul akibat perlukaan yang bisa dilihat secara fisik. Nyeri bisa timbul dari dalam tubuh karena adanya perlukaan ataupun proses yang tidak berjalan dengan semestinya. Nyeri viseral merupakan nyeri yang terjadi akibat stimulasi organ-organ internal. Nyeri ini bersifat difus dan dapat menyebar ke beberapa arah. Durasinya bervariasi, namun lebih lama daripada nyeri superficial. Pada nyeri ini menimbulkan rasa tidak menyenangkan, mual, nyeri, dapat terasa tajam dan tumpul tergantung organ mana yang terlibat. Contoh sensasi pukul seperti pada angina pectoris dan sensasi terbakar pada ulkus lambung.

c. Nyeri Radiasi

Nyeri yang timbul memiliki sifat yang berbeda. Terkadang nyeri terasa di satu tempat, terkadang nyeri terasa tidak jelas dimana pusatnya. Nyeri radiasi merupakan sensasi nyeri yang meluas dari tempat awal cedera ke bagian tubuh yang lain. Nyeri akan terasa menyebar ke bagian tubuh bawah atau sepanjang bagian tubuh. Nyeri dapat menjadi intermiten ataupun konstan. Contoh nyeri

punggung bagian bawah akibat diskus intravertebral yang ruptur disertai nyeri yang meradiasi sepanjang tungkai dari iritasi saraf skiatik (Andarmoyo, 2016:36-42)

2.2.4 Neuroanatomi Fisiologi Nyeri

Rasa nyeri dapat timbul melalui beberapa proses dan tahapan. Proses dan tahapan nyeri berhubungan erat dengan mekanisme neuroanatomi fisiologi nyeri. Struktur dan fisiologi sistem persarafan memegang peranan penting dalam kendali terciptanya nyeri. Proses terjadinya akan melewati beberapa tahapan, yaitu diawali dengan adanya stimulus, transduksi, transmisi, persepsi, dan modulasi.

a. Stimulasi

Stimulasi seringkali disebut juga sebagai rangsangan dimana rangsangan tersebut merupakan awal mula terjadinya persepsi nyeri. Rangsangan bisa berupa rangsangan fisik maupun non fisik. Persepsi nyeri dihantarkan oleh neuron khusus yang bertindak sebagai reseptor, pendeteksi stimulus, penguat dan penghantar menuju sistem saraf pusat. Reseptor khusus tersebut dinamakan nociceptor. Nociceptor tersebar luas didalam lapisan superficial kulit dan juga pada jaringan dalam tertentu, seperti periosteum, dinding arteri, permukaan sendi, serta falks dan tentorium serebri (Andarmoyo, 2016:56-61).

b. Transduksi

Setelah terjadi proses stimulasi kemudian akan dilanjutkan dengan proses transduksi. Proses transduksi bisa diibaratkan dengan sinyal yang merupakan proses penyampaian pesan, jadi ketika ada pesan dari luar sel, di membran sel pesan tersebut bertemu reseptornya dan mengakibatkan adanya suatu tanggapan dari dalam sel. Transduksi merupakan sebuah proses ketika suatu stimuli nyeri (noxious stimuli) diubah menjadi suatu aktivitas listrik yang akan diterima ujung-ujung saraf. Stimuli ini dapat berupa stimuli fisik (tekanan), suhu (panas), atau kimia (substansi nyeri) (Andarmoyo, 2016:56-61).

Pada prose transduksi menyebabkan terjadinya beberapa perubahan. salah satu perubahan yang terjadi yaitu perubahan patofisiologis. Perubahan patofisiologis bisa terjadi karena adanya mediator-mediator kimia seperti prostaglandin dari sel-sel yang rusak, bradikinin dari plasma, histamine dari sel masts, serotonin dari trombosit dan substansi P dari ujung saraf nyeri memengaruhi juga nosiseptor di luar daerah trauma sehingga lingkaran nyeri meluas (Andarmoyo, 2016:56-61).

Dalam prose transduksi juga terjadi proses sensitisasi. Dimana proses sensitisasi tersebut terjadi pada perifer dan juga sensitisasi sentral. Proses sensitisasi perifer, yaitu menurunnya nilai ambang rangsang nosiseptor dan menurunnya PH jaringan karena pengaruh mediator-mediator tersebut. Akibatnya rangsangan yang sebelumnya tidak mengakibatkan munculnya rasa nyeri menjadi suatu rangsangan yang menimbulkan adanya rasa nyeri. Sensitisasi perifer ini mengakibatkan pula terjadinya sensitisasi sentral yaitu hipereksibilitas neuron pada spinalis, dan menyebabkan terpengaruhnya neuron simpatis serta perubahan intraselular yang menyebabkan rasa nyeri dirasakan lebih lama. Rangsangan nyeri tersebut kemudian akan diubah menjadi depolarisasi membrane reseptor yang kemudian menjadi impuls saraf (Andarmoyo, 2016:56-61).

c. Transmisi

Setelah melalui proses transduksi proses yang harus dilalui berikutnya adalah transmisi. Proses transmisi memiliki tiga komponen yang terlibat di dalamnya. Transmisi merupakan proses penerusan impuls nyeri dari nociceptor saraf perifer melewati cornu dorsalis dan corda spinalis menuju korteks serebri. Cornu dorsalis medulla spinalis dapat dianggap sebagai tempat memproses sensoris. Serabut perifer (misal reseptor nyeri) berakhir disini dan serabut traktus sensoris asenden berawal disini. Terdapat juga interkoneksi antara sistem neural desenden dan traktus sensoris asenden. Traktus asenden berakhir pada otak bagian bawah dan bagian tengah dan impuls-impuls dipancarkan ke korteks serebri (Andarmoyo, 2016:56-61).

Proses transmisi merupakan penentu terjadinya rasa nyeri. Stimulus dapat diteruskan menjadi rasa nyeri dan juga dapat dihambat agar tidak timbul nyeri. Nyeri dapat diceraap secara sadar apabila neuron pada sistem asenden diaktifkan, dimana ketika neuron tersebut diaktifkan maka akan meningkatkan persepsi nyeri sebagai input dari reseptor yang terletak didalam kulit dan juga pada organ internal. Dalam cornu dorsalis terdapat interkoneksi neuron, yang apabila diaktifkan maka akan menghambat atau memutuskan transmisi informasi yang menyakitkan serta informasi yang menstimulasi nyeri dalam jaras asenden. Area tersebut seringkali disebut dengan istilah “gerbang” Gerbang ini cenderung membiarkan semua input yang menyakitkan dari perifer untuk mengaktifkan jaras asenden dan mengaktifkan nyeri. (Andarmoyo, 2016:56-61). Kecenderungan tersebut apabila dibiarkan tanpa adanya perlawanan (penanganan) maka akan mengganggu aktivitas sehari-hari.

Transmisi nyeri terjadi melalui beberapa serabut saraf eferen. Transmisi nyeri juga dipengaruhi oleh beberapa zat kimia yang dihasilkan tubuh. Serabut nociceptor terdiri dari serabut A (delta A) yang peka terhadap nyeri tajam dan panas disebut juga dengan first pain atau fast pain dan serabut C (C fiber) yang peka terhadap nyeri tumpul dan durasi yang lama yang disebut second pain atau slow pain. Zat-zat kimia (prostaglandin, histamine, bradikinin, asetikolin, substansi P) diduga dapat meningkatkan sensitivitas reseptor nyeri dengan meningkatkan efek yang menimbulkan nyeri. Tubuh juga mengeluarkan endorphine dan enkefalin yang berfungsi sebagai inhibitor terhadap transmisi nyeri. Apabila tubuh mengeluarkan substansi ini maka akan menimbulkan peredaan atau penurunan rasa nyeri (Andarmoyo, 2016:56-61).

d. Modulasi

Selain proses transmisi proses modulasi juga berperan penting dalam keberlangsung nyeri. Modulasi berperan aktif dalam pengendalian nyeri. Modulasi merupakan proses pengendalian internal oleh sistem saraf, yang dapat meningkatkan maupun mengurangi penerusan impuls nyeri. Proses penghambatan atau penurunan dalam penerusan impuls nyeri. Proses penghambatan atau

penurunan dalam penerusan impuls nyeri terjadi melalui sistem analgesia endogen yang melibatkan bermacam-macam neurotransmitter. Salah satunya adalah endorfin yang dikeluarkan oleh sel otak dan neuron di spinalis (Andarmoyo, 2016:56-61).

e. Persepsi

Setelah melalui proses stimulasi hingga modulasi maka rangsang akan diteruskan menjadi suatu persepsi. Persepsi berperan penting sebagai penentu berat atau ringannya nyeri yang dirasakan setiap individu. Persepsi adalah suatu hasil dari rekonstruksi susunan saraf pusat tentang impuls nyeri yang diterima. Rekonstruksi merupakan hasil dari interaksi sistem saraf sensoris, informasi kognitif (korteks serebri) dan pengalaman emosional (hipokampus dan amigdala). Setelah sampai ke otak, nyeri dirasakan secara sadar dan menimbulkan respon berupa perilaku dan ucapan yang merespon adanya nyeri. (Andarmoyo,2016:56-61).

2.2.5 Respon Terhadap Nyeri

Nyeri bersifat sangat subjektif, nyeri dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik fisiologis maupun psikologis. Nyeri yang timbul menghasilkan berbagai macam respon. Berikut ini adalah penjelasan mengenai respon respon nyeri:

1. Respon Fisiologis

Respon fisiologis terhadap nyeri dapat membahayakan individu. Respon fisiologis meliputi saraf simpatik dan saraf para simpatik. Pada saat impuls nyeri naik ke medulla spinalis menuju ke batang otak dan hipotalamus, sistem saraf otonom menjadi testimulasi sebagai bagian dari respon stres. Stimulasi pada cabang simpatis pada sistem saraf otonom menghasilkan respon fisiologis. Apabila nyeri berlangsung terus-menerus, berat, dan melibatkan organ-organ dalam maka system saraf simpatis akan menghasilkan suatu aksi (Andarmoyo, 2016:68).

2. Respon Perilaku

Respon perilaku yang ditunjukkan oleh setiap individu sangat beragam. Respon perilaku merupakan indikator adanya gangguan di dalam tubuh. Perawat bisa mengidentifikasi nyeri dari beberapa respon perilaku, dalam menentukan nyeri. Menurut Potter dan Perry dalam menentukan nyeri dapat diperhatikan melalui empat bagian, diantaranya adalah:

- a. Dilihat dari segi visula yaitu: (1) Merintih, (2) Menangis, (3) Sesak napas (menarik napas dalam)
- b. Dilihat dari segi ekspresi wajah: (1) Meringis, (2) Menggeletukkan gigi, (3) Mengernyitkan dahi, (4) Menggigit bibir, (5) Menutup mata maupun mulut dengan rapat atau membuka mata atau mulut dengan lebar.
- c. Dilihat dari segi gerakan tubuh: (1) Gelisah, (2) Imobilisasi, (3) Ketegangan otot, (4) Peningkatan gerakan tangan maupun jari, (5) Gerakan ritmik atau gerakan menggosok, (6) Gerakan melindungi bagian tubuh
- d. Dilihat dari segi interaksi sosial: (1) Menghindari percakapan, (2) Menghindari kontak sosial. (3) Penurunan rentang perhatian, (4) Fokus hanya pada tindakan untuk menghilangkan nyeri. (Andarmoyo,2016:69).

3. Penilaian Respon Intensitas Nyeri

Nyeri yang dirasakan setiap individu sangat subjektif. Rasa nyeri yang seharusnya sama dapat bernilai sangat berbeda pada masing-masing individu. Penilaian intensitas nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa skala pengukuran intensitas nyeri. Menurut Potter dan Perry pengukuran intensitas skala nyeri dapat dilakukan menggunakan alat ukur sebagai berikut: (a) Skala Numerik, (b) Skala Deskriptif, (3) Skala Analog Visual.

a. Skala Numerik

Skala numerik digunakan untuk mengukur intensitas nyeri dalam praktek klinis. Skala ini biasanya dijelaskan kepada pasien secara verbal, namun bisa juga disajikan secara visual. Skala ini paling efektif digunakan untuk mengkaji intensitas nyeri sebelum dan setelah intervensi terapeutik. Skala penilaian numerik

(*Numerical rating scales, NRS*) lebih digunakan sebagai pengganti alat pendeskripsian kata. Dalam skala ini, klien menilai rasa nyeri dengan menggunakan skala 0-10. Contoh, klien post-apendiktomi hari pertama menunjukkan skala nyeri 9, setelah diberikan intervensi keperawatan, hari ketiga perawatan, nyeri pasien menunjukkan skala nyerinya 4.

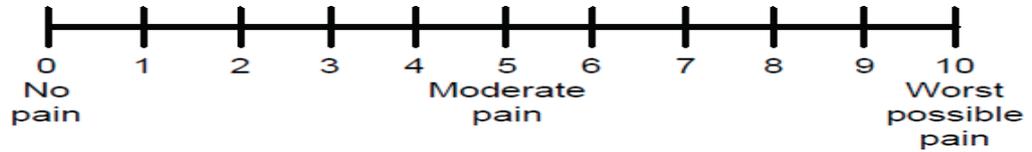
b. Skala Deskriptif

Merupakan alat pengukuran tingkat keparahan nyeri yang lebih objektif. Alat ukur ini memungkinkan klien untuk memilih kategori dalam mendeskripsikan nyerinya. Skala deskriptif atau biasa disebut dengan skala pendiskripsi verbal (*Verbal Description Scale, VDS*) merupakan alat pengukur skala nyeri berbentuk sebuah garis yang terdiri dari tiga sampai lima kata pendeskripsi yang tersusun dengan jarak yang sama di sepanjang garis. Pendeskripsian ini diranking dari yang “tidak terasa nyeri” sampai “nyeri” yang tidak tertahankan”. Perawat menunjukkan klien skala tersebut, dan meminta klien untuk memilih intensitas nyeri terbaru yang ia rasakan. Perawat juga menanyakan seberapa jauh nyeri terasa paling tidak menyakitkan. Alat VDS ini memungkinkan klien untuk memilih kategori untuk mendeskripsikan nyerinya.

c. *Visual Analog Scale*

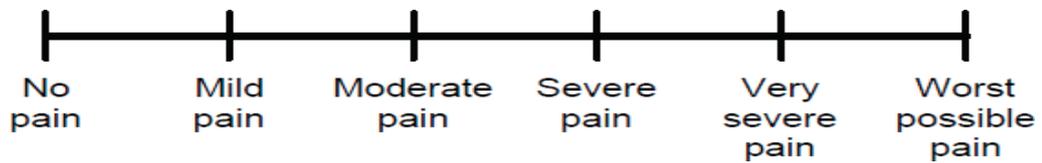
Alat pengukuran intensitas nyeri visual analog scale ini mudah untuk digunakan, skala ini memerlukan lebih banyak waktu dalam pengukuran. Visual analog scale adalah alat pengukuran intensitas nyeri efisien yang telah digunakan secara luas dalam penelitian dan pengukuran klinis. *Visual analog scale* adalah alat ukur lainnya yang digunakan untuk memeriksa intensitas nyeri dan secara khusus meliputi 10-15 cm garis, dengan setiap ujungnya ditandai dengan level intensitas nyeri, ujung kiri diberi tanda “no pain” dan ujung kanan diberi tanda “*bad pain*” (nyeri hebat). Untuk menilai hasil, sebuah penggaris diletakkan sepanjang garis dan jarak yang dibuat klien pada garis dari “tidak ada nyeri” diukur dan ditulis dalam centimeter (Andarmoyo, 2016: 76-78).

Skala Numerik



Gambar 2.1 Skala Numerik

Skala Deskriptif



Gambar 2.2 Skala Deskriptif

Visual Analog Scale

					
0 tidak sakit	2 Sedikit sakit	4 Agak menggangu	6 Menggangu aktivitas	8 Sangat menggangu	10 Tak tertahan

Gambar 2.3 Visual Analog Scale

2.3 Konsep Dismenore

2.3.1 Definisi Dismenore

Menstruasi seringkali muncul dengan berbagai jenis rasa nyeri, nyeri yang dirasakan setiap individu dapat berbeda antara satu dengan yang lainnya. Secara etimologi nyeri menstruasi (dismenore) berasal dari bahasa Yunani kuno, dys yang berarti sulit, nyeri, abnormal. Meno yang berarti bulan dan rhea yang berarti aliran atau arus. Disimpulkan bahwa dysmenorrhea atau dismenore adalah aliran menstruasi yang sulit atau aliran menstruasi yang mengalami nyeri (Anurogo, 2015:32).

Setiap wanita normal akan mengalami menstruasi setiap bulannya. Beberapa wanita merasakan rasa nyeri pada tiap siklus menstruasi. Menurut Anorogo (2011:32). Nyeri menstruasi yang sedemikian hebatnya sehingga membuat penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan dan aktivitas sehari-hari selama beberapa jam atau beberapa hari disebut dengan istilah dismenore.

Dismenore yang dialami setiap siklus menstruasi merupakan pertanda adanya gangguan di dalam tubuh seseorang. Sari, Indrawati, & Harjanto (2012:88) mengatakan bahwa dismenore dapat berasal dari kram rahim saat proses menstruasi, dismenore dapat timbul akibat gangguan pada organ reproduksi, faktor hormonal maupun faktor psikologis dan dapat menimbulkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Adanya gejala nyeri yang dirasakan belum tentu timbul karena adanya suatu penyakit.

2.3.2 Dismenore Primer

Dismenore secara khusus terbagi menjadi dua jenis. Dismenore sekunder dan dismenore primer. Menurut Prawirohaedjo & Wiknjosastro (2011:182) dismenore primer adalah nyeri pada saat menstruasi yang timbul tanpa ditemukan adanya kelainan patologi pada pinggul. Dismenore primer berhubungan dengan siklus ovulasi dan disebabkan oleh kontraksi miometrium sehingga terjadi iskemia akibat adanya prostaglandin yang diproduksi oleh endometrium pada fase sekresi. Dismenore seringkali disertai dengan keluhan mual, muntah, nyeri kepala, atau diare yang diduga timbul karena prostaglandin.

Ada banyak penjelasan mengenai dismenore primer. Dismenore primer seringkali disebut dengan istilah dismenore fungsional atau idiopatik. Biasanya dismenore primer timbul pada masa remaja, yaitu sekitar 2-3 tahun setelah menstruasi pertama. Timbul sejak menstruasi pertama dan akan pulih sendiri dengan berjalannya waktu. Tepatnya saat lebih stabilnya hormon tubuh atau perubahan posisi rahim setelah menikah dan melahirkan. Nyeri menstruasi ini normal, namun dapat berlebihan bila dipengaruhi oleh faktor psikis dan fisik, seperti stres, shock, penyempitan pembuluh darah, penyakit yang menahun, kurang darah, dan kondisi tubuh yang menurun (Wijayanti,2009:21).

Dismenore primer seringkali menimbulkan gejala fisik dan gejala psikologis. Setiap individu bisa mengalami gejala fisik dan gejala psikologis sekaligus, namun juga bisa mengalami hanya salah satu gejala, baik fisik maupun psikologisnya. Tanda dan gejala yang dapat muncul seperti rasa tidak enak di badan, lelah, mual dan muntah, diare, nyeri punggung bawah, sakit kepala, kadang kala disertai vertigo, perasaan cemas, gelisah, hingga kehilangan keseimbangan dan kehilangan kesabaran (Anurogo, 2011:65). Seseorang dapat diketahui dengan pasti bahwa menderita dismenore primer apabila mengalami nyeri pada tiga kali siklus menstruasi berturut-turut yang kemudian ketika diperiksa tidak terdapat adanya kelainan dismenore sekunder (Shah,et.al.2014:166).

2.3.3 Patofisiologi

Pada setiap bulannya wanita selalu mengalami menstruasi. Menstruasi terjadi akibat adanya interaksi hormon di dalam tubuh manusia. Menurut Anurogo

(2011:50) interaksi hormon yang dikeluarkan oleh hipotalamus, dan indung telur menyebabkan lapisan sel rahim mulai berkembang dan menebal. Hormon-hormon tersebut kemudian akan memberikan sinyal pada telur di dalam indung telur untuk berkembang. Telur akan dilepaskan dari indung telur menuju tuba falopi dan menuju uterus. Telur yang tidak dibuahi oleh sperma akan menyebabkan terjadinya peluruhan pada endometrium, luruhnya endometrium menyebabkan perdarahan pada vagina yang disebut dengan menstruasi.

Pada saat masa subur terjadi peningkatan dan penurunan hormon. Peningkatan dan penurunan hormon terjadi pada fase folikuler (pertumbuhan folikel sel telur). Pada masa pertengahan fase folikuler, kadar FSH (Follicle Stimulating Hormone) akan meningkat dan merangsang sel telur untuk memproduksi hormon estrogen. Pada saat estrogen meningkat maka kadar progesteron akan menurun. Penurunan kadar progesteron ini diikuti dengan adanya peningkatan kadar prostaglandin pada endometrium (Anurogo, 2011:50). Prostaglandin yang telah disintesis akibat adanya pembuluh darah pada miometrium. Kontraksi yang meningkat menyebabkan terjadinya penurunan aliran darah dan mengakibatkan terjadinya proses iskemia serta nekrosis pada sel-sel dan jaringan (Andira, 2010:40). Iskemia dan nekrosis pada sel dan jaringan dapat menyebabkan timbulnya nyeri saat menstruasi.

Penurunan kadar progesteron juga menyebabkan terganggunya stabilitas membran dan pelepasan enzim. Stabilitas membran yang terganggu adalah membran lisosom. Ahrend, et al. (2007:354) menyatakan bahwa selain terganggunya stabilitas membran lisosom penurunan progesteron akan

menyebabkan terbentuknya prostaglandin dalam jumlah yang banyak. Kadar progesteron yang rendah akibat regresi korpus luteum menyebabkan terganggunya stabilitas membran lisosom dan juga meningkatkan pelepasan enzim fosfolipase-A2 yang berperan sebagai katalisator dalam sintesis prostaglandin melalui proses aktivasi fosfolipase yang menyebabkan terjadinya hidrolisis senyawa fosfolipid yang kemudian menghasilkan asam arakidonat.

Hasil metabolisme dari asam arakidonat ikut berperan dalam memicu terjadinya dismenore primer. Asam arakidonat yaitu melalui jalur siklooksigenase dan jalur lipoksigenase. Melalui jalur siklooksigenase dan lipoksigenase asam arakidonat menghasilkan prostaglandin, leukotrien dan tromboksan. Selain prostaglandin, leukotrien berperan serta dalam timbulnya rasa nyeri saat menstruasi (Price, 2015:63).

Leukotrien sebagai pemicu terjadinya dismenore primer mempengaruhi melalui beberapa cara. Leukotrien beraksi pada serabut saraf serta otot polos. Menurut Anindita (2010:17) peran leukotrien dalam terjadinya dismenore primer adalah meningkatkan sensitivitas serabut saraf nyeri uterus, dan berperan dalam penyusutan atau penciutan otot polos saat terjadinya peradangan, sehingga terjadilah nyeri pada saat menstruasi.

Melalui proses metabolisme asam arakidonat prostaglandin terbagi menjadi dua jenis. Prostaglandin jenis yang pertama adalah prostaglandin F₂-alfa yang merupakan suatu hasil siklooksigenase yang dapat mengakibatkan hipertonus dan vasokonstriksi pada miometrium sehingga terjadi iskemia dan nyeri menstruasi. Kedua adalah prostaglandin E₂ yang turut serta menyebabkan dismenore primer. Peningkatan level prostaglandin F₂-alfa dan prostaglandin E₂ jelas akan meningkatkan rasa nyeri pada dismenore primer (Anindita,2010:17).

Selain peranan hormon hasil dari proses fisiologis, dismenore primer juga bisa diperparah oleh adanya faktor psikologis. Faktor stres ini dapat menurunkan ketahanan terhadap rasa nyeri. Pada saat stres, tubuh akan memproduksi hormon estrogen dan prostaglandin berlebih. Estrogen dan prostaglandin ini dapat menyebabkan peningkatan kontraksi miometrium secara berlebihan sehingga mengakibatkan rasa nyeri saat menstruasi. Stres juga memicu otot-otot tubuh menjadi tegang, dan menyebabkan otot rahim berkontraksi secara berlebihan. Kontraksi otot rahim yang berlebihan dapat menimbulkan rasa nyeri yang berlebihan pada saat menstruasi. Meningkatnya stres dapat menyebabkan meningkatnya aktivitas saraf simpatis yang menyebabkan peningkatan skala nyeri menstruasi dengan peningkatan kontraksi uterus (Sari, Nurdin, & Defrin, 2015:56-57).

Adanya tekanan maupun faktor stres lainnya akan mempengaruhi keparahan rasa nyeri penderita dismenore primer. Stres akan mempengaruhi stimulasi beberapa hormon di dalam tubuh. Ketika seseorang mengalami stres maka stres tersebut akan menstimulasi respon neuroendokrin sehingga menyebabkan CRH (*Corticotrophin Releasing Hormone*) yang merupakan regulator hipotalamus utama untuk menstimulasi sekresi ACTH (*Adrenocoryicotrophic Hormone*) dimana ACTH ini dapat meningkatkan sekresi kortisol adrenal (Angel, Armini, & Pradanie, 2015:274-275).

Sekresi kortisol adrenal menimbulkan beberapa kerugian. Hormon-hormon tersebut berperan dalam penghambatan beberapa hormon yang lain. Hormon tersebut menyebabkan sekresi FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*) terhambat sehingga perkembangan folikel terganggu. Hal ini menyebabkan sintesis dan pelepasan progesteron terganggu. Kadar progesteron yang rendah menyebabkan peningkatan sintesis prostaglandin F₂-alfa dan prostaglandin E-2. Ketidakseimbangan antara prostaglandin F₂-alfa dan prostaglandin E-2 dengan prostasikilin (PGI₂) menyebabkan iskemia pada sel-sel miometrium dan peningkatan kontraksi uterus. Peningkatan kontraksi yang

berlebihan menyebabkan terjadinya dismenore (Angel, Armini, & Pradanie, 2015:274-275).

2.3.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi

Faktor resiko yang mempengaruhi terjadinya dismenore primer menurut Novia dan Puspitasari (2008:100-102) diantaranya adalah:

1. Riwayat Keluarga

Riwayat keluarga merupakan faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya dismenore primer.

2. Wanita yang belum menikah

Wanita yang sudah menikah mempunyai resiko lebih kecil untuk mengalami nyeri saat menstruasi, karena keberadaan sperma suami dan organ reproduksi yang memiliki manfaat alami untuk mengurangi produksi prostaglandin atau zat seperti hormon yang menyebabkan otot rahim berkontraksi dan merangsang nyeri saat menstruasi. Selain itu pada saat wanita melakukan hubungan seksual otot rahim mengalami kontraksi yang mengakibatkan leher rahim menjadi lebar. Faktor resiko yang mempengaruhi terjadinya dismenore primer menurut Andriani (2015:9-11) faktor-faktor dismenore primer diantaranya adalah:

a. Indeks Masa Tubuh

Seorang wanita dengan tubuh tidak ideal memiliki resiko lebih besar terhadap kejadian dismenore. Tubuh yang ideal bukanlah tubuh yang terlalu kurus ataupun yang terlalu gemuk. Seorang wanita dengan tubuh terlalu kurus ataupun terlalu gemuk sangat berpotensi mengalami dismenore, karena semakin rendah Indeks masa tubuh maka tingkat dismenore akan semakin berat dan

sebaliknya, karena saat wanita semakin gemuk, timbunan lemak memicu pembuatan hormon terutama estrogen.

b. Tingkat Stres

Stres seringkali terjadi secara tiba-tiba karena persoalan yang harus dihadapi dalam kehidupan. Peningkatan tingkat stres menyebabkan pengaruh negative pada kesehatan tubuh. Stres merupakan penyebab timbulnya dismenore. Semakin tinggi tingkat stres maka akan semakin tinggi pula tingkat dismenore.

c. Aktifitas Fisik

Dalam kehidupan sehari-hari sangat dianjurkan untuk melakukan aktivitas fisik untuk kepentingan kesehatan. Aktifitas fisik jika dilakukan dengan benar akan memberikan manfaat bagi tubuh. Semakin rendah aktifitas fisik maka tingkat dismenore akan semakin berat dan sebaliknya.

2.3.5 Komplikasi

Dismenore bukanlah persoalan yang mengancam nyawa penderitanya. Dismenore apabila dibiarkan, maka akan menimbulkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Menurut Martini, Mulyati, & Fratidhina (2014:135-140) dismenore dapat menimbulkan beberapa gejala seperti: (1) Nyeri pada perut bagian bawah, (2) Mual, (3) Muntah, (4) Diare, (5) Cemas, (6) Depresi, (7) Pusing dan nyeri kepala, (8) Letih-lesu, bahkan sampai pingsan.

Meskipun dismenore tidak mengancam nyawa tetapi bukan berarti dibiarkan begitu saja. Dismenore yang dibiarkan tanpa penanganan akan menimbulkan gejala yang merugikan bagi penderitanya. Dismenore tanpa penanganan dapat menyebabkan: (1) Depresi, (2) Infertilitas, (3) Gangguan fungsi seksual, (4) Penurunan kualitas hidup akibat tidak bisa menjalankan aktivitas seperti biasanya, (5) Dapat memicu kenaikan angka kematian (Titilayo et al.2009). Dismenore akan menurunkan kualitas hidup penderitanya dan akan sangat merugikan penderita dismenore tersebut apabila dibiarkan.

2.3.6 Pentalaksanaan

Menurut Anurogo (2011:85-96) penataklaksanaan dismenore meliputi penataklaksanaan farmakologi dan non farmakologi, yaitu:

1. Terapi Farmakologi

Penanganan dismenore yang dialami oleh individu dapat melalui intervensi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi, penanganan dismenore meliputi beberapa upaya. Upaya farmakologi pertama yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan obat analgetik yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit.

Obat-obatan paten yang beredar dipasaran antara lain novalgin, ponstan, acetaminophen, dan sebgainya. Upaya farmakologi kedua yang dapat dilakukan adalah menekan ovulasi, bersifat sementara untuk membuktikan bahwa gangguan yang terjadi benar-benar dismenore. Tujuan ini dapat dicapai dengan memberikan salah satu jenis pil kombinasi kontrasepsi.

2. Terapi Non Farnakologi

Selain terapi non farmakologi, upaya untuk menangani dismenore adalah terapi non farmakologi. Terapi non farmakologi merupakan terapi alternatif-komplementer yang dapat dilakukan sebagai upaya menangani dismenore tanpa menggunakan obat-obatan kimia. Tujuan dari terapi non farmakologi adalah untuk meminimalisir efek dari zat kimia yang terkandng dalam obat.

Penanganan nyeri secara non farmakologi terdiri dari:

a. Terapi Es Dan Panas

Terapi es dan terapi panas adalah dua terapi yang berbeda. Terapi es dan terapi panas dapat dilakukan menggunakan air hangat atau es batu yang dimasukka ke dalam wadah kemudian dikompreskan pada bagian yang terasa nyeri. Terapi es dapat menurunkan prostaglandin yang memperkuat sensitifitas reseptor nyeri dan subkutan lain pada tempat cedera dengan menghambat proses inflamasi. Terapi

panas mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat turut menurunkan nyeri dan mempercepat penyembuhan.

b. Penjelasan Dan Nasehat

Penjelasan dan nasehat merupakan upaya penambahan wawasan untuk penderita dismenore. Memberikan edukasi kepada klien merupakan tugas seorang perawat. Menurut Judha (2012:54-55) pemberian edukasi mengenai dismenore, meliputi apasaja yang dapat menyebabkan bertambahnya nyeri, teknik apa saja yang dapat dilakukan mengurangi rasa nyeri. Selain itu dapat dilakukan dengan cara berdiskusi mengenai pola makan yang benar dan makanan yang sehat, istirahat yang cukup, serta menentukan olahraga yang sesuai.

c. Pengobatan Herbal

Pengobatan herbal tergolong pengobatan yang paling diminati oleh masyarakat. Disamping biaya yang murah, pengobatan herbal bisa dilakukan dengan mudah. Menurut Anurugo (2011:85-96) pengobatan herbal dapat dilakukan dengan membuat minuman dari tumbu-tumbuhan seperti kayu manis (mengandung asam sinemik untuk meredakan nyeri), kedelai (mengandung phytoestrogens untuk menyeimbangkan hormon), cengkeh, ketumbar, kunyit, bubuk pala, jahe.

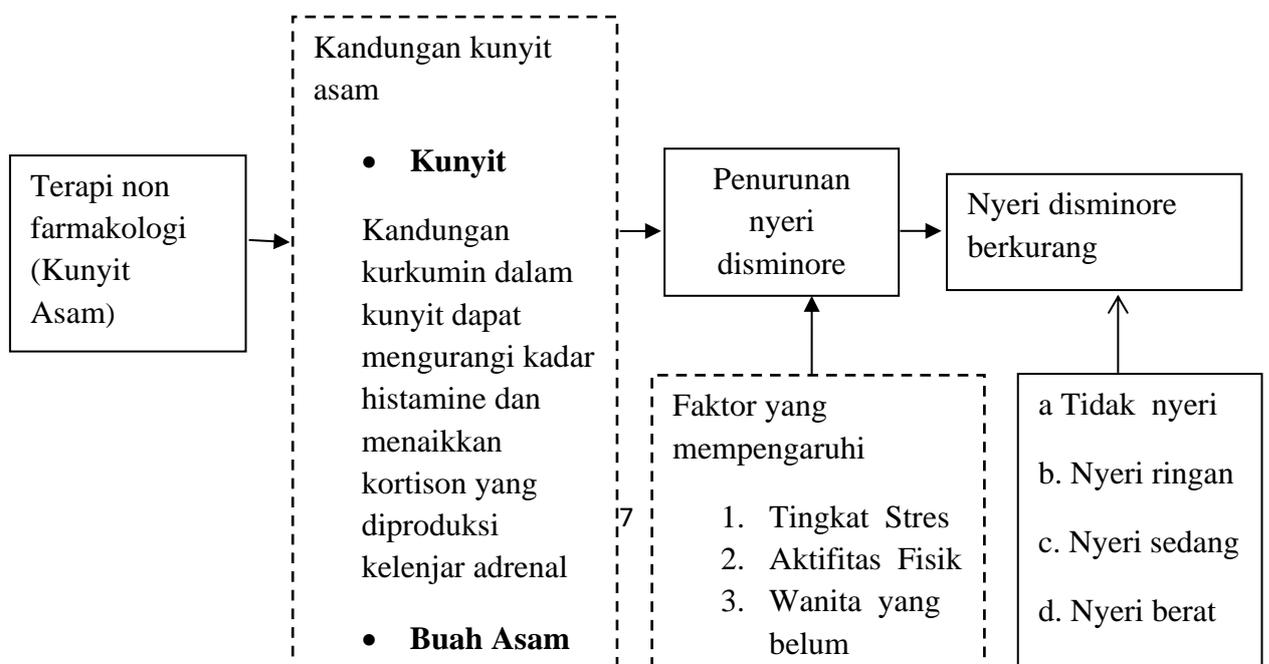
d. Relaksasi

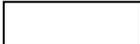
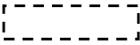
Sama seperti pengobatan herbal, saat ini relaksasi merupakan cara yang banyak dipilih untuk digunakan. Relaksasi cukup mudah untuk dilakukan kapan saja dan dimana saja. Relaksasi merupakan teknik pengendoran atau pelepasan ketegangan. Teknik relaksasi yang sederhana terdiri atas nafas abdomen dengan frekuensi lambat, berirama, teknik relaksasi nafas dalam (contoh: bernafas dalam-dalam dan pelan). Berbagai cara untuk relaksasi diantaranya adalah dengan meditasi, yoga, mendengarkan musik, dan hypnotherapy. Relaksasi juga dapat dilakukan untuk mengontrol sistem saraf (Anurogo, 2011:111).

2.4 Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Nyeri

Senyawa kimia yang terkandung dalam kunyit adalah kurkuminoid atau zat warna, yakni sebanyak 2,5-6%. Pigmen kurkumin inilah yang yang memberi warna kuning orange pada rimpang (Winarto, 2004). Salah satu kandungan yang terdapat dalam kurkuminoid adalah kurkumin. Komponen kimia yang terdapat didalam rimpang kunyit diantaranya minyak atsiri, pati, zat pahit, resinm selulosa dan beberapa mineral. Kandungan minyak atsiri pada kunyit sekitar 3-5%. Kunyit juga mengandung zat warna lain, seperti monodesmetoksikurkumin dan biodesmetoksikurkumin, setiap rimpang segar kunyit mengandung ketiga senyawa ini sebesar 0,8% (Winarto, 2004).

2.5 Kerangka Teori



Keterangan :  : Garis hubungan
  : Variabel diteliti
  : Variabel tidak diteliti

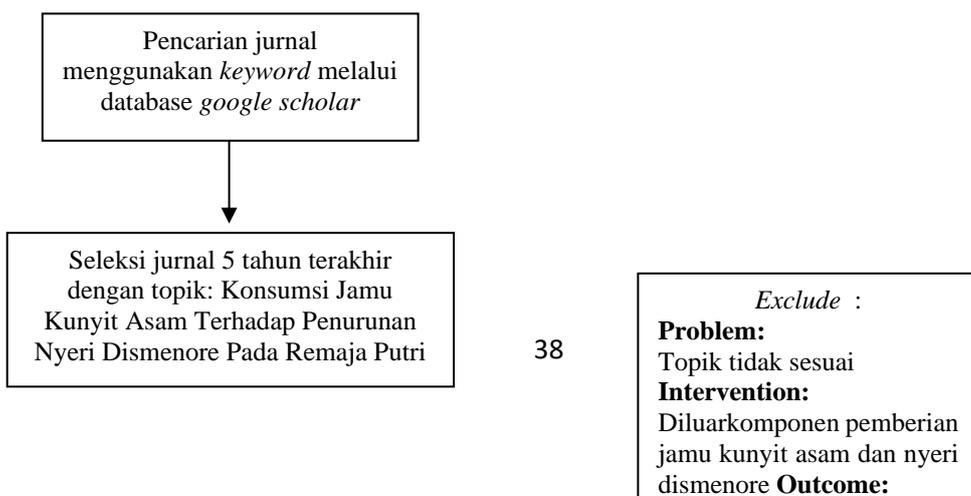
Gambar 2.2 Kerangka Teori

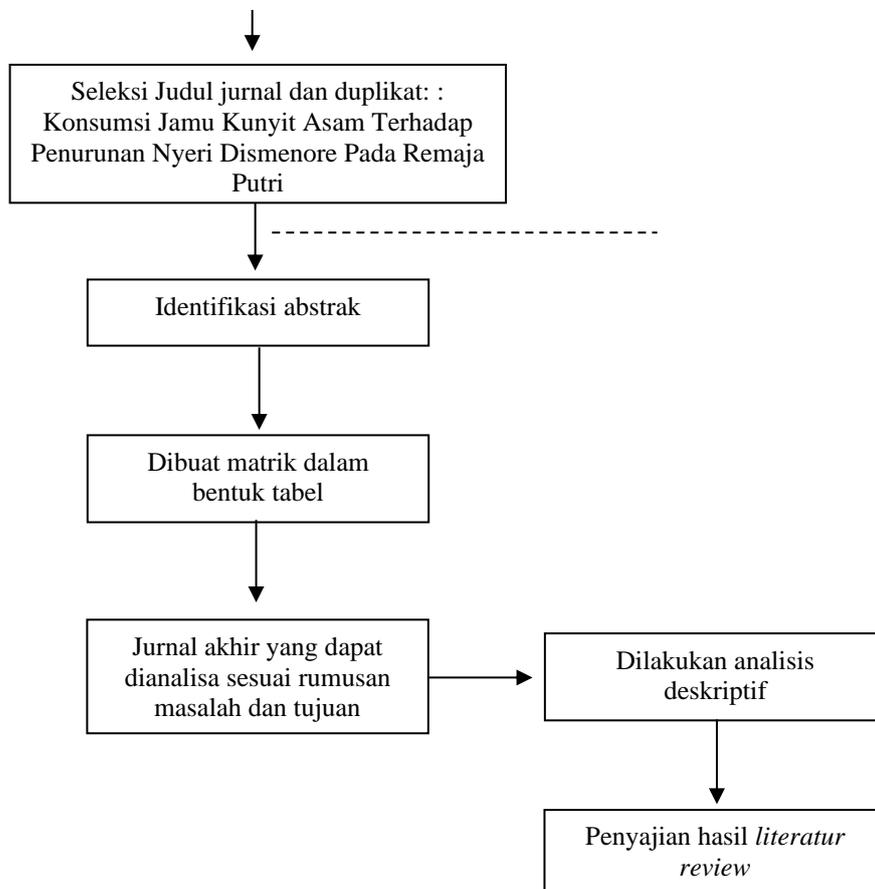
Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore
 Pada Remaja Putri (Wiknjo Sastro.2019)

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Kerangka Kerja





Gambar 3.1 Kerangka Kerja *Literature Review* Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri

(Machi & McEvoy,2012).

... yang akan dilaksanakan. Jenis penelitian ini adalah kajian literatur (*literature review, literature research*) atau penelitian kepustakaan (*library research*) yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedi, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen). Penelitian kajian literatur (*literature review, literature research*) atau kepustakaan merupakan penelitian yang mengkaji atau meninjau secara kritis pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat di dalam tubuh literatur berorientasi akademik (*academic-oriented literature*), serta merumuskan kontribusi

teoritis dan metodologisnya untuk topik tertentu. Adapun metode strategi dalam pencarian literatur berupa *framework* yang digunakan, kata kunci, database atau *search engine*.

3.2.1 Framework Yang Digunakan

Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan PICOS *framework* yaitu:

a. *Population/problem*

Populasi atau masalah yang akan di analisis

b. *Intervention*

Suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan

c. *Comparison*

Penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding

d. *Outcome*

Hasil atau luaran yang diperoleh pada penelitian

e. *Study design*

Desain penelitian yang digunakan oleh jurnal yang akan di *review*

3.2.2 Kata Kunci

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* dan *boolean operator* (dan, dan atau, *and*, *or*, *and not*) yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikkan pencarian, sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, “Konsumsi Jamu Kunyit Asam” dan “Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri”

3.2.3 Database Atau Search Engine

Data yang digunakan dalam *literatur review* ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data

sekunder yang didapat berupa artikel atau jurnal yang relevan dengan topik dilakukan menggunakan database melalui *Google Scholar* atau *Google Cendikia*.

3.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Adapun kriteria dalam melakukan *literature review* yaitu diuraikan berdasarkan tabel berikut:

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population/ Problem</i>	Jurnal atau artikel yang berkaitan dengan topik yang akan direview yakni Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	Jurnal atau artikel yang berkaitan dengan topik yang akan direview yakni aspek non Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri
<i>Intervention</i>	Konsumsi Kunyit Asam , Komponen Konsumsi Kunyit Asam	Intervensi medik terhadap Nyeri Dismenore
<i>Comparison</i>	Tidak ada faktor pembanding	Tidak ada faktor pembanding
<i>Outcome</i>	Adanya Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	Adanya hubungan atau pengaruh faktor non Konsumsi Jamu Kunyit Asam
<i>Study design</i>	<i>Mix methods study, experimental study</i>	<i>Literature review</i>

Tahun Terbit	Artikel dan atau jurnal yang terbit dalam 5 tahun terakhir yaitu 2015-2020	Artikel dan atau jurnal yang terbit sebelum 2015
--------------	--	--

3.4 Metode Analisa Data

Metode analisis yang digunakan dalam *literatur review* ini adalah analisis deskriptif. *Literature review* ini disintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data-data hasil ekstraksi yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan. Jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit, judul, metode dan hasil penelitian serta database. Adapun Jurnal Jurnal dibawah dapat di aplikasikan di lingkungan berdasarkan tempat penelitian yang berada di indonesia, serta tahun diterbitkannya jurnal tersebut masih berada dalam rentang 5 tahun terbelakang, sehingga *Trend Issue* terkait dengan *Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri* masih sesuai dengan kondisi saat ini.

BAB 4

HASIL DAN ANALISIS

Pada bab ini akan diuraikan hasil dan pembahasan dari pengumpulan data Literatur Review dari 6 artikel yang sesuai tema dengan peneliti tentang Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri. Adapun daftar pencarian artikel sebagai berikut:

4.1 Hasil

No	Author	Tahun	Journal Name	Judul	Metode	Hasil	Database
1.	Sri Mulia Sari, Anggie Mareta	2019	<i>Volume X No.2 Desember 2020</i>	<i>Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Dengan Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di MAN 3 Palembang</i>	Desain : Metode Pra Eksperimen Sampel: Teknik total sampling Instrumen : One Grup Pretest-Posttest Design Analisa : menggunakan uji Paired Sample T-Test	Berdasarkan hasil analisa data dengan uji Paired Sample T-Test menunjukkan bahwa ada pengaruh sigfinikan antara penurunan nyeri haid sebelum dan sesudah pemberian jamu kunyit asam pada remaja putri dengan Pvalue = 0,000 < (a,0,05) Ha diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jamu kunyit asam dengan penurunan nyeri haid pada remaja putri di MAN 3 Palembang	<i>Google Scholar</i>

2.	Anik Wulandari, Supiati, Rohmi Handayani	2019	<i>INISIASI Volume 8 No 1-Juni 2019</i>	<i>Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri Haid</i>	<p>Desain: Pre-Experimental Design</p> <p>Sampel: menggunakan metode Non Probability Sampling dengan teknik Purposive Sampling</p> <p>Instrumen: Numeric Rating Scale (NRS)</p> <p>Analisa: Data dianalisis Univariate meliputi nilai maksimal, nilai minimal, dan nilai median dilakukan Uji hipotesa menggunakan Wilcoxon</p>	<p>Hasil Penelitian menunjukkan bahwa nilai maksimal nyeri sebelum diberi kunyit asam dari nyeri hingga tidak bisa bicara, menjadi nyeri tidak bisa di abaikan dalam waktu lebih dari 30 menit, nilai minimal sebelum minum jamu kunyit asam nyeri sedikit mengganggu seperti tusukan dalam menjadi nyeri sangat sedikit gangguan seperti tusukan kecil, sedangkan nilai tengah sebelum minum jamu nyeri tidak bisa diabaikan dengan pengalihan perhatian. Pengaruh pemberian jamu kunyit asam untuk mengurangi nyeri haid sebanyak 34 siswi mengalami penurunan nyeri</p>	<i>Google Scholar</i>
3.	Nina Rahmadiliani, Ainun Qomariah	2016	<i>Jurkessia Vol. VII, No. 1, November 2016</i>	<i>Pengaruh pemberian Kunyit Asam Terhadap Intensitas Nyeri saat haid pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri</i>	<p>Desain: Pre- Eskperimental Designs</p> <p>Sampel: Teknik total sampling</p> <p>Instrumen: Menggunakan lembar ceklist (Comparative Pain Scale)</p> <p>Analisa: Teknik analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji wilcoxon sign rank test</p>	<p>Dari hasil uji statistik di dapat ada pengaruh pemberian kunyit asam terhadap kejadian diminorea pada remaja ditunjukkan dengan hasil analisa data yaitu nilai $p=0,000$ dengan tarah kesalahan 0,005 atau 5% (9)</p>	<i>Google Scholar</i>

4.	Agus Winarso	2014	<i>Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, Volume 3, No.2, November 2014, hlm 106-2014</i>	<i>Pengaruh Minum Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea Pada Siswi Di Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten</i>	Desain: Eksperimental Sampel: Teknik total sampling Instrumen: Pre dan Post Design Analisa: menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank-Test	Hasil uji statistika diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan ada pengaruh minum kunyit asam dengan penurunan tingkat nyeri dismenorea pada siswi MTsN Jatinom Klaten	<i>Google Scholar</i>
5.	Fidatul Jamila, Salis Qurota A'yun	2018	<i>Infokes: Info Kesehatan Vol. 8, No. 2, Juli 2018</i>	<i>Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi (Dysmenorrhoea) Primer Pada Remaja Putri di MTS Nurul Hikmah Kota Surabaya Tahun 2018</i>	Desain: Pra Eksperimental Sampel: Purposive Sampling Instrumen: One Group Pretest-Post Test Analisa: Menggunakan Uji Wilcoxon Sign Rank Test	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri menstruasi sebelum diberikan minuman kunyit asam yaitu sebesar 3.50, sedangkan rata-rata tingkat nyeri menstruasi sesudah diberikan minuman kunyit asam yaitu sebesar 1.46. Hasil analisis p-value $0,000<0,05$ dapat disimpulkan H_0 ditolak. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu ada perbedaan sebelum dan sesudah pemerian minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi (Dysmenorrehea) pada remaja putri di MTS Nurul Hikmah Kota Surabaya Tahun 2018	<i>Google Scholar</i>

Berdasarkan Tabel 4.1 Karakteristik studi pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri dari 5 jurnal diketahui 5 artikel menggunakan desain penelitian pre-experimental one group pretest-posttest. Teknik sampling yang digunakan diketahui 3 artikel menggunakan teknik total sampling dan 2 artikel diketahui menggunakan purposive sampling. Analisis yang digunakan diketahui 4 artikel menggunakan uji wilcoxon, dan 1 artikel diketahui menggunakan uji t-tes

4.2 Karakteristik Studi

Hasil penelusuran artikel pada penelitian ini berdasarkan topik *literature review* “Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri”, melalui pencarian yang sesuai dengan protokol dan registrasi memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan berdasarkan kriteria populasi dalam penelitian ini adalah siswi dengan usia rata-rata 15-17 tahun dan mengalami gangguan nyeri dismenore dengan mengkonsumsi jamu kunyit asam. Intervensi dalam penelitian ini yaitu artikel yang meneliti tentang pemberian jamu kunyit asam. Pada penelitian ini menetapkan kriteria inklusi yaitu yang terdapat perbandingan dimana ada perbandingan antara sebelum dilakukan intervensi dan sesudah dilakukan intervensi. Kriteria hasil pada kriteria inklusi dari lima artikel yaitu terdapat adanya pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore dengan menggunakan alat ukur kuesioner. Desain penelitian yang digunakan menurut kriteria inklusi yaitu menggunakan desain penelitian *Eksperimen*. Secara keseluruhan lima artikel membahas tentang pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore dan pemberian intervensi dari lima artikel dilakukan di sekolah.

4.3 Karakteristik Responden Studi

a. Usia

Tabel 4.2 Karakteristik responden usia

Artikel	15 Tahun (%)	16 Tahun (%)	17 Tahun (%)	18 Tahun (%)
Artikel 1	24,0%	56,3%	26,7%	-
Artikel 3	-	31,3%	43,8%	25,0%
Artikel 4	44,5%	25%	27,5%	-

Berdasarkan karakteristik responden dengan usia ditemukan 3 artikel yang menunjukkan mayoritas usia responden yaitu mayoritas usia 16 tahun (56,3%)

4.4. Identifikasi

4.4.1 Pemberian Jamu Kunyit Asam

Hasil review dari 5 artikel yang diambil sumber database *Google Scholar* dapat dilihat dari table berikut:

Tabel 4.3 Pemberian jamu kunyit asam

Judul	Pembahasan	Frekuensi Pemberian Jamu Kunyit Asam	Lama Pemberian
Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam dengan Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri di MAN 3 Palembang Tahun 2019	Berdasarkan survei yang telah dieliti bahwa kunyit mengandung zat analgesik yang dapat memberikan efek anti nyeri. Sedangkan kandungan asam mempunyai efek yang tidak jauh berbeda dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri	Responden yang mengalami nyeri haid diberikan jamu kunyit asam per/hari saat menstruasi pertama	Tidak dijelaskan lama pemberian hanya dijelaskan frekuensi pemberian jamu kunyit asam

	dengan cara mengurangi ketegangan otot.		
Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri Haid (Studi Kasus pada Siswi SMK Bhakti Nusantara Sidoharjo)	Cara mengatasi nyeri haid dapat dilakukan dengan pemberian obat analgesik dan anti inflamasi dan terapi ramuan herbal yang telah di percaya khasiatnya yang berasal dari bahan-bahan tanaman, salah satu contohnya yaitu kunyit dan buah asam.	Responden diberikan jamu kunyit asam sehari sekali, dengan dosis 35 gram kunyit segar dan 10 gram buah asam	Lama peberian yaitu dilakukan selama 2 hari
Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Intensitas Nyeri saat Haid Pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri	Nyeri haid dapat dikurangi secara non farmakologis yaitu dengan pemberian jamu kunyit asam. Pada penelitian ini menunjukkan nilai $P=0,000 < \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 diterima dan H_1 di tolak, dengan demikian bahwa ada pengaruh pemberian kunyit asam terhadap intensitas nyeri saat haid pada remaja tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri	Responden diberikan perlakuan dengan pemberian jamu kunyit asam 200 cc (1 gelas) sehari	Lama pemberian yaitu dilakukan 3 hari sebelum haid

<p>Pengaruh Minum Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea pada Siswi di Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten</p>	<p>Minuman Kunyit asam suatu minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit dan asam, secara alamiah kunyit dipercaya memiliki kandungan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan anti inflamasi. Pada penelitian ini menunjukkan hasil uji statistika diperoleh nilai = 0,000 ($P < 0,05$) menunjukkan ada pengaruh minum kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenorea pada siswi di madrasah tsanawiyah negeri jatinom klaten</p>	<p>Responden diberikan jamu kunyit asam 1 gelas diberikan sehari diminum 1x</p>	<p>Lama pemberian dilakukan 2x pemberian dengan waktu 2 hari</p>
<p>Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi (Dysmenorrhea) Pada Remaja Putri di MTS Nurul Khikmah Kota Surabaya Tahun 2018</p>	<p>Berdasarkan survei peneliti bahwa kunyit mengandung zat analgesik yang dapat memberikan efek anti nyeri. Sedangkan kandungan asam mempunyai efek yang tidak jauh berbeda dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri dengan cara mengurangi ketegangan otot. Pada penelitian ini hasil analisis P-value $0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan H_0 di tolak menunjukkan ada pengaruh pemberian minuman kunyit asam</p>	<p>Responden diberikan jamu kunyit asam sebanyak 200 cc yang berisikan (kunyit 10 gr, asam 6 gr, gula merah 0,25 ons, air matang 300 cc dijadikan 200 cc dengan cara direbus, pada saat dingin diberikan garam sejumput) diminum 1x1 pada hari pertama menstruasi</p>	<p>Lama pemberian diberikan perlakuan dengan waktu 20 menit</p>

	<p>terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi (Dysmenorrhea) pada remaja putri di MTS Nurul Khikmah Kota Surabaya Tahun 2018</p>		
--	---	--	--

Interpretasi pemberian jamu kunyit asam berdasarkan 5 jurnal:

Hasil penelitian berdasarkan analisis 5 jurnal menunjukkan jika konsumsi jamu kunyit asam dipercayai sebagai obat herbal untuk menurunkan nyeri dismenore. hal ini didukung oleh teori pada salah satu jurnal yang menjelaskan efektifitas pemberian jamu kunyit asam menurut (Anurogo, 2011) yang menyatakan banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri haid, antara lain dengan pemberian obat farmakologis dan non farmakologis yaitu dengan terapi ramuan herbal yang telah dipercaya khasiatnya yang berasal dari bahan-bahan tanaman. Beberapa bahan tanaman dipercaya dapat mengurangi nyeri haid yaitu kunyit dan asam jawa. Salah satu produk herbal yang menjadi alternatif bagi remaja putri yang ingin mnegurangi nyeri haid adalah minuman kunyit asam. Dari kelima analisis jurnal disimpulkan diberikan minuman kunyit asam sebanyak 200 cc yang berisikan (kunyit 10gr, asam jawa 6 gr, gula merah 0,25 ons, air matang 300 cc dijadikan 200 cc dengan cara direbus, pada saat dingin diberikan garam sejumput) diminum 1x1 pada hari pertama menstruasi.

4.4.2 Intensitas Nyeri Dismenore

Hasil review dari 5 artikel yang diambil sumber database *Google Scholar* dapat dilihat dari table berikut:

Tabel 4.4 Intensitas Nyeri Dismenore

Judul	Pembahasan	Skala Nyeri Sebelum	Skala Nyeri Sesudah	Hasil Temuan
Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam dengan Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri di MAN 3 Palembang Tahun 2019	Pada artikel disebutkan Nyeri haid adalah nyeri pada daerah panggul akibat haid dan produksi dan produksi zat prostaglandin seringkali dimulai segera setelah mengalami haid pertama	Rata-rata skala nyeri sebelum nyeri responden sebelum diberikan minuman kunyit asam pada remaja putri yang mengalami nyeri haid dengan skala nyeri 8	Rata-rata nyeri responden sesudah diberikan minuman kunyit asam pada remaja yang nyeri haid dengan skala nyeri 4	Pada penelitian ini diperoleh hasil yaitu mean sebelum pemberian jamu kunyit asam yaitu skor skala nyeri 8 sedangkan setelah pemberian jamu kunyit asam yaitu skor skala nyeri 4 yang berarti ada penurunan skala nyeri skala nyeri haid sebelum dan sesudah pemberian jamu kunyit asam

<p>Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri Haid (Studi Kasus pada Siswi SMK Bhakti Nusantara Sidoharjo)</p>	<p>Permasalahan nyeri haid adalah permasalahan yang paling sering dikeluhkan perempuan, karena meyerang tanpa batasan usia dan sering disertai dengan kondisi-kondisi yang memperberat seperti pusing, berkeringat dingin dan pingsan. Hal tersebut menyebabkan nyeri saat haid harus diatasi</p>	<p>Berdasarkan nilai tengah didapatkan nyeri yang dirasakan siswi yaitu nyeri tidak bisa diabaikan lebih dari 30 menit sebanyak 9 siswi (24,3%) dengan skala nyeri 5</p>	<p>Berdasarkan nilai tengah yaitu rasa nyeri dapat diabaikan dengan pengalihan perhatian sebanyak 7 siswi (18,9%) dengan skor skala nyeri 3</p>	<p>Berdasarkan nilai tengah sebelum minum jamu 5 (nyeri tidak bisa diabaikan dalam waktu lebih dari 30 menit) dengan skor skala nyeri 5 dan setelah diberikan jamu kunyit asam menjadi 3 (nyeri dapat diabaikan dengan pengalihan perhatian)</p>
<p>Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Intensitas Nyeri saat Haid Pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri</p>	<p>Haid yaitu proses pelepasan dinding endometrium yang terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat terjadi kehamilan. Masa rata-rata perempuan haid antara 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari. Pada saat haid perempuan ada yang mengalami gangguan nyeri dismenore</p>	<p>Pada penelitian menunjukkan remaja yang mengalami nyeri haid sebelum pemberian jamu kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar mengalami nyeri dengan skor 6</p>	<p>Pada penelitian menunjukkan remaja yang mengalami nyeri haid sesudah pemberian jamu kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar nyeri berkurang dengan skor 3</p>	<p>Pada hasil diperoleh nilai mean sebelum pemberian kunyit asam yaitudengan skor skala nyeri 6 setelah pemberian kunyit asam yaitu 3, yang berarti ada penurunan skala nyeri saat haid sebelum dan sesudah pemberian, skala nyeri haid pada remaja mengalami penurunan setelah dilakukannya pemberian kunyit asam</p>

<p>Pengaruh Minum Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea pada Siswi di Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten</p>	<p>Remaja putri akan lebih sering merasakan sakit akibat nyeri dismenorea karena siklus hormonal yang dialami belum begitu tidak stabil. Nyeri dismenore akan sangat mengganggu konsentrasi dan aktivitas remaja</p>	<p>Pada penelitian ini diketahui sebelum pemberian kunyit asam diketahui skor skala nyeri yaitu 5</p>	<p>Pada penelitian ini diketahui sesudah pemberian kunyit asam diketahui skor skala nyeri 3</p>	<p>Pada penelitian ini didapatkan hasil sebelum pemberian kunyit asam yaitu didapatkan skor skala nyeri 5. Dan setelah pemberian kunyit asam didapatkan skor skala nyeri 3. Maka ada penurunan nyeri haid sebelum dan setelah pemberian jamu kunyit asam</p>
<p>Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asan terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi (Dysmenorrhea) Pada Remaja Putri di MTS Nurul Khikmah Kota Surabaya Tahun 2018</p>	<p>Nyeri haid atau dismenorea merupakan salah satu gangguan yang dialami hampir seluruh wanita ketika mengalami menstruasi, tidak memandang usia tetapi presentase terbanyak wanita yang mengalami hal ini adalah kelompok usia remaja awal yang baru saja mengalami <i>menarche</i></p>	<p>Pada penelitian didapatkan skala nyeri sebelum diberikan minuman kunyit asam yaitu skala nyeri 7</p>	<p>Pada penelitian didapatkan skala nyeri sesudah diberikan minuman kunyit asam yaitu skala nyeri 3</p>	<p>Dari hasil dari sebelum dan sudah pemberian kunyit asam maka dapat skor skala nyeri 7, dan setelah diberikan kunyit asam skor skala nyeri 3. Maka ada penurunan nyeri dismenore sebelum dan sesudah pemberian jamu kunyit asam</p>

Interpretasi intensitas nyeri dismenore berdasarkan 5 jurnal:

Hasil penelitian berdasarkan analisis 5 jurnal nyeri dismenore telah dijelaskan dalam teori (Potter, 2006) bahwa selama menstruasi uterus berkontraksi lebih kuat kadang-kadang ketika kontraksi seseorang akan merasakan nyeri. Kontraksi otot-otot rahim berlaku ketika prostaglandin dihasilkan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa nyeri haid yang dirasakan oleh wanita disebabkan karena adanya jumlah prostaglandin yang lebih berlebih pada darah menstruasi sehingga merangsang hiperaktivitas uterus (Price, 2009). Hasil analisis kelima jurnal menunjukkan adanya perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan jamu kunyit asam. Rata-rata skala nyeri pada analisis kelima jurnal ditemukan 1 jurnal mendapatkan hasil skala nyeri sedang, kemudian 4 jurnal mendapatkan skala nyeri ringan sesudah diberikan jamu kunyit asam. Pada kelima analisis jurnal dihasilkan hasil analisis P-value $0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan H_0 di tolak menunjukkan ada pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi.

4.4.3. Pengaruh Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore.

Hasil review dari 5 artikel didapatkan adanya Pengaruh Jamu Kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore. Hasil dari ke 5 artikel tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

Penelitian yang berjudul Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam dengan Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri di MAN 3 Palembang Tahun 2019. Artikel tersebut menyebutkan berdasarkan survei peneliti bahwa kunyit mengandung zat analgesik yang dapat memberikan efek anti nyeri. Sedangkan kandungan asam mempunyai efek yang tidak jauh berbeda dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri dengan cara mengurangi ketegangan otot. Kemudian dalam artikel tersebut disebutkan jika frekuensi pemberian jamu kunyit asam diberikan per/hari saat menstruasi pertama dan lama pemberian tidak disebutkan dalam artikel tersebut. Dalam pembahasan intensitas nyeri dijelaskan nyeri haid adalah nyeri pada daerah panggul akibat haid dan produksi dan produksi zat prostaglandin seringkali dimulai segera setelah mengalami haid pertama. Pada artikel ini didapatkan rata-rata skala nyeri sebelum nyeri responden sebelum diberikan minuman kunyit asam pada remaja putri yang mengalami nyeri haid adalah dengan mean 6,40, nilai standar deviasi 0,828. Skala nyeri yang didapatkan nilai min 5 dan nilai max 8 kemudian rata-rata nyeri responden sesudah diberikan minuman kunyit asam pada remaja yang nyeri haid dengan mean 1,73, nilai standart deviasi 1,223. Skala nyeri yang didapat nilai min 0 dan nilai max 4. Selanjutnya Pada penelitian ini diperoleh hasil yaitu mean sebelum pemberian jamu kunyit asam yaitu 6,40 sedangkan setelah pemberian jamu kunyit asam yaitu 1,73 yang berarti ada penurunan skala nyeri skala nyeri haid sebelum dan sesudah pemberian jamu kunyit asam sebanyak 4,67.

Kemudian pada penelitian ini ditemukan $P\text{value} = 0,000 < (\alpha 0,05)$ H_0 di terima dengan demikian disimpulkan jika ada pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di MAN 3 Palembang pada tahun 2019

Penelitian yang berjudul Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri Haid (Studi Kasus pada Siswi SMK Bhakti Nusantara Sidoharjo). Artikel tersebut menjelaskan cara mengatasi nyeri haid dapat dilakukan dengan pemberian obat analgesik dan anti inflamasi dan terapi ramuan herbal yang telah di percaya khasiatnya yang berasal dari bahan-bahan tanaman, salah satu contohnya yaitu kunyit dan buah asam. Dalam frekuensi pemberian dalam artikel ini menjelaskan jika responden diberikan jamu kunyit asam sehari sekali, dengan dosis 35 gram kunyit segar dan 10 gram buah asam diberikan selama 2x dan lama pemberian diberikan selama 2 hari. Dalam pembahasan intensitas nyeri di jelaskan permasalahan nyeri haid adalah permasalahan yang paling sering dikeluhkan perempuan, karena meyerang tanpa batasan usia dan sering disertai dengan kondisi-kondisi yang memperberat seperti pusing, berkeringat dingin dan pingsan. Hal tersebut menyebabkan nyeri saat haid harus diatasi. Selanjutnya berdasarkan nilai tengah sebelum diberikan jamu kunyit asam didapatkan nyeri yang dirasakan siswi yaitu nyeri tidak bisa diabaikan lebih dari 30 menit sebanyak 9 siswi (24,3%) dan Berdasarkan nilai tengah asam sesudah diberikan jamu kunyit asam yaitu rasa nyeri dapat diabaikan dengan pengalihan perhatian sebanyak 7 siswi (18,9%). Sehingga disimpulkan jika ada pengaruh jamu kunyit asam untuk menurunkan nyeri dismenore.

Penelitian yang berjudul Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Intensitas Nyeri saat Haid Pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri. Pada penelitian ini menjelaskan nyeri haid dapat dikurangi secara non farmakologis

yaitu dengan pemberian jamu kunyit asam. Kemudian frekuensi pemberian jamu kunyit asam pada penelitian ini dijelaskan responden diberikan perlakuan dengan pemberian jamu kunyit asam 200 cc (1 gelas) sehari dan lama pemberian dilakukan 3 hari sebelum haid. Dalam pembahasan intensitas nyeri artikel ini menjelaskan masa rata-rata perempuan haid antara 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari. Pada saat haid perempuan ada yang mengalami gangguan nyeri dismenore. Kemudian pada penelitian menunjukkan remaja yang mengalami nyeri haid sebelum pemberian jamu kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 32 responden (61,5%) dan remaja yang mengalami nyeri haid sesudah pemberian jamu kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar tidak mengalami nyeri sebanyak 25 responden (48,1%). Sehingga dalam artikel ini didapatkan hasil menunjukkan nilai $P = 0,000 < \alpha (0,05)$ yang berarti H_a diterima dan H_0 di tolak, dengan demikian bahwa ada pengaruh pemberian kunyit asam terhadap intensitas nyeri saat haid pada remaja tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri.

Penelitian yang berjudul Pengaruh Minum Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea pada Siswi di Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten. Artikel tersebut menjelaskan Minuman Kunyit asam suatu minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit dan asam, secara alamiah kunyit dipercaya memiliki kandungan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan anti inflamasi. Dalam frekuensi pemberian jamu kunyit asam Responden diberikan jamu kunyit asam 1 gelas diberikan sehari diminum 1x dan lama pemberian dilakukan 2x pemberian dengan waktu 2 hari. Dalam pembahasan intensitas nyeri dijelaskan remaja putri akan lebih sering merasakan sakit akibat nyeri dismenorea karena siklus hormonal yang dialami belum begitu tidak stabil. Nyeri dismenore akan sangat

mengganggu konsentrasi dan aktivitas remaja. Kemudian pada penelitian ini diketahui bahwa dari 44 responden, responden dengan nyeri derajat dismenorea sebelum minum kunyit asam termasuk kategori ringan sejumlah 33 (75%) responden dan responden dengan tingkat nyeri dismenorea yang termasuk kategori sedang sejumlah 11 (25%) selanjutnya Pada penelitian ini diketahui bahwa 44 responden, responden yang tidak mengalami dismenorea sesudah minum kunyit asam sejumlah 17 (38,6%), yang termasuk kategori ringan sejumlah 21 (47,7%) responden dan responden dengan tingkat nyeri dismenorea termasuk kategori sedang 6 (13,6%) responden. Sehingga dalam artikel ini didapatkan hasil uji statistika diperoleh nilai= 0,000 ($P < 0,05$) menunjukkan ada pengaruh minum kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenorea pada siswi di madrasah tsanawiyah negeri jatinom klaten.

Penelitian yang berjudul Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi (Dysmenorrhea) Pada Remaja Putri di MTS Nurul Khikmah Kota Surabaya Tahun 2018. Dalam artikel ini dijelaskan bahwa kunyit mengandung zat analgesik yang dapat memberikan efek anti nyeri. Sedangkan kandungan asam mempunyai efek yang tidak jauh berbeda dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri dengan cara mengurangi ketegangan otot. Kemudian frekuensi pemberian kunyit asam responden diberikan jamu kunyit asam sebanyak 200 cc yang berisikan (kunyit 10 gr, asam 6 gr, gula merah 0,25 ons, air matang 300 cc dijadikan 200 cc dengan cara direbus, pada saat dingin diberikan garam sejumput) diminum 1x1 pada hari pertama menstruasi dan lama pemberian diberikan perlakuan dengan waktu 20 menit. Dalam pembahasan intensitas nyeri dijelaskan nyeri haid atau dismenorea merupakan salah satu gangguan yang dialami hampir seluruh wanita ketika mengalami menstruasi, tidak memandang

usia tetapi presentase terbanyak wanita yang mengalami hal ini adalah kelompok usia remaja awal yang baru saja mengalami *menarche*. Kemudian Pada penelitian didapatkan bahwa rata-rata skala nyeri sebelum diberikan minuman kunyit asam yaitu sebesar 3,50 dan rata-rata skala nyeri sesudah diberikan minuman kunyit asam yaitu sebesar 1,46. Sehingga pada artikel ini dihasilkan hasil analisis P-value $0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan H_0 di tolak menunjukkan ada pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi (Dysmenorrhea) pada remaja putri di MTS Nurul Khikmah Kota Surabaya Tahun 2018.

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Deskripsi Kunyit Asam

Berdasarkan 5 artikel yang di review, pemberian jamu kunyit asam dilakukan di 5 sekolah yaitu sekolah tingkat MTS, MA, dan SMK. Pada penelitian oleh Sri Mulya Sari dan Anggi Mareta (2019) pemberian jamu kunyit asam diberikan pada seluruh siswi yang mengalami nyeri dismenore di kelas X MIA di MAN 3 Palembang. Kemudian penelitian oleh Anik Wulandari, Supiati, dan Rohmi Handayani (2019) pemberian jamu kunyit asam diberikan pada seluruh siswa SMK Bhakti Nusantara Sidoharjo dilakukan secara berkelompok. Selanjutnya penelitian Nina Rahmadiliyani, dan Ainun Qomariah (2016) pemberian jamu kunyit asam dilakukan secara kelompok diberikan perlakuan dengan pemberian jamu kunyit asam 200 cc (1 gelas) sehari diminum 3 hari sebelum haid. Kemudian penelitian Agus Winarso (2018) pemberian jamu kunyit asam dilakukan dengan eksperimental pada 45 siswa. Terakhir penelitian oleh Fidatul Jamila, dan Salis Qurota A'yun (2018) pemberian jamu kunyit asam dilakukan pada semua remaja putri secara berkelompok.

Berdasarkan Teori menyatakan bahwa Minuman kunyit asam memiliki khasiat dasar sebagai analgetika dan antiinflamasi. Agen aktif dalam kunyit yang berfungsi sebagai antiinflamasi dan antipiretika adalah *curcumin*. Sedangkan sebagai analgetika adalah *curcumenol*. Buah asam jawa, memiliki agen aktif alami *anthocyanin* sebagai antiinflamasi dan antipiretika. Selain itu buah asam juga memiliki kandungan *tonnins*, *sponnins*, *sesquiterpenes*, *alkaloid*, dan *phlobotamins* untuk mengurangi aktivitas saraf (Lukita-Atmadja et.al., 2003 Hatcher, et.al., 2008; Navarro, et.al., 2002; Pauly, 1999).

Lebih spesifik dapat dijelaskan bahwa kandungan *curcumin* pada kunyit dan *anthocyanin* pada asam jawa akan menghambat proses inflamasi yang berperan

sebagai inhibitor enzim siklooksigenase (COX) (Almada, 2000; Hoppe, 2010; Wieser, *et.al*; 2007). Mekanisme biokimia terpenting yang di hambat oleh *curcumin* adalah influks ion kalsium ke dalam sel-sel epitel uterus, maka kontraksi uterus bisa dikurangi atau bahkan dihilangkan sehingga tidak terjadi dismenorea (Thaina, *et.al*; 2009).

Efektifitas pemberian jamu kunyit asam ini didukung juga oleh teori (Anurogo, 2011) yang menyatakan banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri haid, antara lain dengan pemberian obat farmakologis dan non farmakologis yaitu dengan terapi ramuan herbal yang telah dipercaya khasiatnya yang berasal dari bahan-bahan tanaman. Beberapa bahan tanaman dipercaya dapat mengurangi nyeri haid yaitu kunyit dan asam jawa. Salah satu produk herbal yang menjadi alternatif bagi remaja putri yang ingin mnegurangi nyeri haid adalah minuman kunyit asam.

Minuman kunyit asam adalah minuman yang bahan utamanya berasal dari kunyit asam. Menurut Sina (2012) secara alamiah kunyit dipercaya memiliki kandungan senyawa fenilok sebagai antioksidan, bermanfaat sebagai anlgetika, anti-inflamasi, anti mikroba, serta pembersih darah.

Dari hasil analisis menurut asumsi peneliti bahwa jamu kunyit asam efektif untuk menurunkan nyeri *dismenore* pada remaja putri, karena kunyit memiliki kandungan *curcumin* dan minyak atsiri yang mempunyai efek hampir sama dengan obat-obatan golongan analgesik yang dapat menurunkan nyeri *dismenore*. Diberikan minuman kunyit asam sebanyak 200 cc yang berisikan (kunyit 10gr, asam jawa 6 gr, gula merah 0,25 ons, air matang 300 cc dijadikan 200 cc dengan cara direbus, pada saat dingin diberikan garam sejumput) diminum 1x1 pada hari pertama menstruasi

5.2 Deskripsi Intensitas Nyeri Dismenore

Banyak teori yang telah dikemukakan untuk menerangkan penyebab dismenore tetapi etiologi anatomi terjadinya nyeri diketahui bahwa penyebab utama adalah adanya prostaglandin (PG) F2 alfa yang dihasilkan oleh endometrium prostaglandin (PG) F2 alfa merupakan hormon yang diperlukan untuk menstimulasi

kontraksi uterus selama menstruasi. Peningkatan produksi dan pelepasan (PG) F2 alfa dari endometrium menyebabkan kontraksi uterus yang tidak terkoordinasi dan tidak teratur. Akibat peningkatan aktifitas uterus yang abnormal ini, aliran darah menjadi berkurang sehingga terjadi iskemia atau hipoksia uterus yang menyebabkan nyeri. Pada wanita yang mengalami dismenore tanpa disertai peningkatan prostaglandin akan terjadi peningkatan aktifitas alur 5 lipoksigenase. Kondisi ini menyebabkan peningkatan sintesis leukotrien. Vasokonstriktor sangat kuat yang menginduksikan kontraksi otot uterus. Tekanan psikis atau stres juga mempengaruhi terjadinya dismenore. Tekanan psikis yang di alami seseorang akan meningkatkan katekolamin yang berakibat terhadap vasokonstriksi dan iskemia sel-sel uterus.

Berdasarkan 5 artikel yang di review, intensitas nyeri dismenore dilakukan di 5 sekolah yaitu sekolah tingkat MTS, MA, dan SMK. Pada penelitian oleh Sri Mulya Sari dan Anggi Mareta (2019) intensitas nyeri dismenore sebagian besar nyeri sedang. Kemudian penelitian oleh Anik Wulandari, Supiati, dan Rohmi Handayani (2019) intensitas nyeri nyeri dismenore nyeri sedang. Selanjutnya penelitian oleh Nina Rahmadiliyani, dan Ainun Qomariah (2016) intensitas nyeri sebagian besar nyeri sedang. Kemudian penelitian oleh Agus Winarso (2018) intensitas nyeri dismenore sebagian sebagian nyeri sedang. Terakhir penelitian oleh Fidatul Jamila, dan Salis Qurota A'yun (2018) intensitas nyeri dismenore sebagian besar nyeri berat terkontrol.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai skala nyeri dismenore sebelum dilakukan pemberian jamu kunyit asam adalah skala nyeri sedang. Hal ini sesuai dengan teori (Potter, 2006) bahwa selama menstruasi uterus berkontraksi lebih kuat kadang-kadang ketika kontraksi seseorang akan merasakan nyeri. Kontraksi otot-otot rahim berlaku ketika prostaglandin dihasilkan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa nyeri haid yang dirasakan oleh wanita disebabkan karena adanya jumlah prostaglandin yang lebih berlebih pada darah menstruasi sehingga merangsang hiperaktivitas uterus (Price, 2009). Sedangkan menurut (Tjokonegoro, 2010) dismenore merupakan nyeri yang dialami sewaktu haid. Nyeri ini terasa dibagian bawah yang berada di daerah bujur sangkar michealis. Nyeri dapat terasa sebelum, selama, dan sesudah haid dapat bersifat terus menerus. Nyeri diduga karena kontraksi dari pelepasan endometrium. Nyeri dismenore merupakan rasa tidak enak dibagian perut bagian bawah sebelum dan selama haid. Dismenore terjadi karena pelepasan

prostaglandin yang berlebihan mengakibatkan kenaikan kontraksi uterus sehingga terjadi rasa nyeri saat menstruasi (Yunianingrum, 2017). Menurut (Sari,2016) nyeri dismenore disebabkan oleh faktor hormonal, yaitu meningkatnya hormon progesteron dan stres dapat menyebabkan nyeri haid. Menurut (Yunitasari, 2019) menjelaskan bahwa timbulnya rasa nyeri pada menstruasi biasanya disebabkan karena seseorang sedang mengalami stres yang dapat mengganggu kerja sistem endokrin. Sehingga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur dan menimbulkan rasa sakit pada saat menstruasi. Menurut (Hardensi, 2020) nyeri dismenore dapat berkurang dengan terapi non farmakologi berupa jamu kunyit asam yaitu memberikan rasa aman pada responden dengan mengkonsumsi jamu kunyit asam.

Dari hasil analisis menurut asumsi peneliti bahwa nyeri dismenore dapat mengganggu seseorang untuk beraktivitas dan mengakibatkan stres dan timbulnya stres tubuh akan memproduksi hormon estrogen dan prostaglandin yang dapat menyebabkan kontraksi berlebih sehingga menyebabkan nyeri pada saat menstruasi.

5.3 Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian 5 artikel Sri Mulya Sari dan Anggi Mareta (2019) didapatkan setelah pemberian jamu kunyit asam didapatkan nilai rata-rata besar 1,73. Kemudian oleh Anik Wulandari, Supiati, dan Rohmi Handayani (2019) didapatkan setelah pemberian jamu kunyit asam didapatkan nilai rata-rata 3,03. Selanjutnya oleh

Nina Rahmadiliyani, dan Ainun Qomariah (2016) didapatkan setelah pemberian jamu kunyit asam didapatkan nilai rata-rata 1,63. Kemudian oleh Agus Winarso (2018) didapatkan setelah pemberian jamu kunyit asam didapatkan nilai rata-rata 13,6. Terakhir oleh Fidatul Jamila, dan Salis Qurota A'yun (2018) didapatkan setelah pemberian jamu kunyit asam didapatkan nilai 1,46. Dari hasil tersebut membuktikan bahwa ada penurunan setelah diberikan jamu kunyit asam yang mengalami nyeri dismenore.

Teori yang mendukung fakta pada penelitian pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada remaja remaja putri menjelaskan bahwa kandungan bahan alami minuman kunyit asam, curcumine dan anythocyanin akan bekerja dalam menghambat rekasi cyclooxygenase (COX) sehingga menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat kontraksi uterus (Ditha, 2015). Minuman kunyit asam adalah suatu minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit dan asam. Secara alamiah kunyit dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan antiinflamasi (Norton, 2008). Begitu juga asam (asam jawa) yang memiliki bahan aktif sebagai anti inflamasi, antipiretika dan penenang (Nair, Wang, Dewitt, Krempin, 2004). Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kurkumin aman dan tidak toksik bila dikonsumsi oleh manusia, jumlah kurkumin yang aman dikonsumsi manusia adalah 100 mg/hari (Commandeur dan Vermeulen, 2000 dalam Marlina, 2012). Minuman kunyit asam sebagai pengurang rasa nyeri pada dismenorea memiliki efek samping minimal tidak ada bahaya jika dikonsumsi sebagai suatu kebiasaan (Limananti dan Triratnawati, 2003). Konsumsi jamu kunyit asam diberikan sebanyak 200 cc yang berisikan (kunyit 10 gr, asam

jawa 6 gr, gula merah 0,25 ons, air matang 3 cc dijadikan 200 cc dengan cara direbus, pada saat dingin diberikan garam sejumput) diminum 1x1 pada hari pertama menstruasi, sehingga dapat menghilangkan rasa nyeri serta memberikan ketenangan dan kenyamanan.

Dari hasil analisis menurut asumsi peneliti bahwa pemberian jamu kunyit asam sangat baik untuk dilakukan karena jamu kunyit asam terapi non farmakologi dengan menggunakan ramuan herbal yaitu kunyit dan buah asam dari kandungan 2 herbal tersebut bisa meredakan nyeri yang dirasakan saat dismenore.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari 5 artikel yang direview, maka dapat diambil kesimpulan tentang hasil *literature review*:

6.1.1 Pemberian Jamu Kunyit Asam

Pemberian jamu kunyit asam dapat menurunkan nyeri dismenore dengan diberikan minuman kunyit asam sebanyak 200 cc yang berisikan (kunyit 10 gr, asam jawa 6 gr, gula merah 0,25 ons, air matang 300 cc dijadikan 200 cc dengan cara direbus, pada saat dingin diberikan garam sejumput) diminum 1x1 pada hari pertama menstruasi.

6.1.2 Intensitas Nyeri

Nyeri dismenore disebabkan karena adanya pelepasan prostaglandin yang berlebih sehingga menyebabkan kenaikan kontraksi uterus dan skala nyeri sedang.

6.1.3 Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore

Dengan pemberian jamu kunyit asam terlihat adanya penurunan nyeri dismenore dari sebelum diberikan perlakuan. Hal ini jamu kunyit asam dapat menjadi terapi non- farmakologi untu menurunkan nyeri dismenore.

6.2 Saran

6.2.1. Bagi Peneliti

Literature ini merupakan sebuah karya ilmiah yang dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya dan dapat melakukan penelitian langsung dalam pengembangan keperawatan komunitas terutama terhadap pengetahuan remaja tentang dismenore.

6.2.2 Bagi Instansi

Diharapkan untuk institusi dapat mensosialisasikan kepada mahasiswa mengenai beberapa cara non-farmakologi dalam penanganan nyeri dismenore dengan meminimalisir menggunakan obat-obatan dan memaksimalkan menggunakan bahan-bahan non-farmakologi yang tanpa efek samping.

6.2.3 Bagi Layanan Kesehatan

Literatur Review ini merupakan beberapa terobosan-terobosan inovasi yang telah dilakukan analisa yang dapat digunakan sebagai referensi dan pengetahuan tentang pengaruh konsumsi jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri dan dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai tata cara penanganan dismenore tepat dan aman bagi remaja.

6.2.4 Bagi Remaja

Secara praktis dengan adanya penelitian ini remaja dapat selalu memperhatikan tentang nyeri dismenore terutama pada usia 15-18 tahun dan lebih meningkatkan cara-cara mengatasi nyeri dismenore secara alami dan mandiri seperti konsumsi jamu kunyit asam.

DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, R. (2017) Rimpang Kunyit (*Curcuma dosnetica* Val).

Ali Imron. (2012). *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Anurogo dan Wulandari (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Brunton *et al.* (2011). *Goodman & Gilman : Manual Farmakologi Dan Terapi*.
- CCRC Farmasi UGM.(2017). Kunyit (*Curcuma domestika Val*). Diakses 5 Desember 2018.
- Cipto, D. 2016. Kandungan Kimia Kunyit dan Pemanfaatan Kunyit. Diakses 27 Mei 2018.
- Ernawati, Nonon, D. (2017). Manajemen kesehatan reproduksi. Jakarta. In universitas nasional. <https://doi.org/10.1002/cncr.29223>.
- Hardibroto. 2015. Infertil. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hartati, M. & K. (2018). Mekanisme koping mahasiswa keperawatan dalam menghadapi dysmenore. In dissertation abstracts international: section b: the science and engineering.
- Hawks, J., Black, J., (2014). *Keperawatan Medikal Bedah : Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan*. Jakarta: Salemba Emban Patria.
- Hestiantoro, dkk. (2016). Hubungan pengetahuan remaja tentang upaya penanganan dismenorea dengan kejadian dismenorea di SMP Islam 3 Solo. *Jurnal Keperawatan*. Jakarta: EGC.
Jakarta: Rineka Cipta.
- Judha (2012). *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Junizar et a,(2015) *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta:Andi
- Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016. Jakarta: Kemenkes RI 2017.
- Kusmiran, E. (2019). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Laila. (2011). *Buku Pintar Menstruasi + Solusi Mengatasi Segala Keluhannya*.

- Lowdermilk, D, Shannon, P, Mary, C.C. (2019). *Keperawatan Maternitas*, ED.8. Elsevier:Singapura.
- Manuaba (2012). *Buku Ajar Pengantar Kuliah Teknik Operasi Obstetri Dan Keluarga Berencana*. Jakarta: TIM.
- Morgan & Hamilton. (2018). *Obstetri dan Ginekologi Panduan Praktik*. EGC: Jakarta.
- Nirwana, A. B (2019). *Psikologi Kesehatan Wanita (Remaja Menstruasi, Menikah, Hamil, Nifas)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nirwana. (2011). *Psikologi Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu kebidanan edisi keempat*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati & Misarah (2017) *Dysmenorrhea*. E-medicine Obstetrics and Gynecology.
- Rasdiana, Ishak H, Maming (2017) *Ekstrak Kunyit*. Jakarta. EGC
- Rebecca, Luh, Wayan. (2019). Prevalensi *Dysmenorrhea* dan Karakteristiknya Pada Remaja Putri di Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 8(11), 1-6.
- Reeder, Martin, Griffin, K. (2018). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Volume 2 Edisi 18*. Jakarta:ECG.
- Riyanto(2017). a study of dysmenorrhea during menstruation in adolescent girls. *Indian j community med*
- Rosdahl, Kowalsky. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Dasar*. Jakarta: EGC.
- Sari, W. (2016). *Panduan Lengkap Kesehatan Wanita*. Jakarta: Penerbit Plus.
- Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja. Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sarwono. (2017). *Psikologi Remaja. Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sukarni. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sulistiyorinin. (2017). *Buku Ajar Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*.
- Wulandari, Oswati, Rismadefi. (2018). *Gambaran Kejadian Dan Manajemen Dismenore Pada Remaja Putri Di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru*.

JOM Fkp, 5(2), 468-476.
Youngson (2018) *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*,

**PENGARUH PEMBERIAN JAMU KUNYIT ASAM DENGAN PENURUNAN NYERI
HAID PADA REMAJA PUTRI Di MAN 3 PALEMBANG
TAHUN 2019**

Oleh :

Sri Mulia Sari¹, Anggie Mareta²

Program Studi Ilmu Keperawatan STIK Siti Khadijah Palembang^{1,2}

srimuliasari130874@gmail.com¹

anggimareta47@gmail.com²

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan fisik tampak lebih jelas, tubuh berkembang pesat mencapai bentuk tubuh orang dewasa disertai berkembangnya kapasitas reproduksi, yaitu menstruasi. Menstruasi adalah perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya remaja yang mengalami *menarche* adalah pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Berdasarkan studi pendahuluan di MAN 3 Palembang dari hasil wawancara dengan siswi yang mengalami *dysmenorrhea*. Terdapat 15 siswi yang mempunyai riwayat *dysmenorrhea* dengan kategori nyeri ringan sampai sedang. Biasanya kalau nyeri terjadi mereka tidak mengkonsumsi obat anti nyeri saat *dysmenorrhea*. Alasan mereka tidak mengkonsumsi obat nyeri saat menstruasi karena takut akan efek samping dari obat itu, untuk mengurangi nyeri mereka hanya beristirahat di asrama saja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh minuman jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri *Dysmenorrhea* pada remaja. Desain penelitian ini menggunakan metode *Pre Eksperimen* dengan rancangan *One grup pre-post test design*, menggunakan teknik *Total Sampling* dengan jumlah sampel 15 responden siswi di MAN 3 Palembang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Juni-27 Juni 2019. Data yang diperoleh dicatat dalam lembar observasi. Kemudian data penelitian ini dianalisis dengan uji *Paired Sampel T-Test*. Berdasarkan hasil analisa data dengan uji *Paired Sample T-test* menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara penurunan nyeri haid sebelum dan sesudah pemberian jamu kunyit asam pada remaja putri dengan $Pvalue = 0,000 < (\alpha 0,05)$ H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jamu kunyit asam dengan penurunan nyeri haid pada remaja putri di MAN 3 Palembang Tahun 2019.

Kata Kunci : *Dysmenorrhea*, kunyit asam

ABSTRACT

Adolescence is a transition or transition from childhood to adulthood, which is marked by changes both physical and psychological. Physical changes seem more evident, the body develops rapidly reaching adult body shape accompanied by developing reproductive capacity. That is menstruation. Menstruation is regular bleeding from the uterus as a sign that the uterine organs are functioning properly. Generally, adolescents who experience menarche are at the age of 12 to 16 years. Based on a preliminary study in MAN 3 Palembang from the results of interviews with students with dysmenorrhea. There are 15 students who have a history of dysmenorrhea with mild to moderate pain category. Usually when pain occurs they do not take anti-pain medication when dysmenorrhea. The reason they don't take pain medication during menstruation is because they are afraid of the side effects of the drug, to reduce pain they only rest in the dormitory. The purpose of this study was to determine whether there is an effect of

**PENGARUH PEMBERIAN JAMU KUNYIT ASAM UNTUK MENGURANGI
NYERI HAID
(Studi Kasus pada Siswi Smk Bhakti Nusantara Sidoharjo)**

Anik Wulandari, Supiati, Rohmi Handayani
Kebidanan Politeknik Kesehatan Surakarta

Artikel dikirim : 28 Maret 2019 Direvisi : 18 April 2019

Diterima : 10 Mei 2019

ABSTRACT

Menstrual pain is a problem most often complained of by women. Some plant ingredients are believed to reduce pain, namely turmeric, tamarind, cinnamon, clove, ginger. The purpose of this study was to determine the effect of the administration of sour turmeric herbs to reduce menstrual pain in female students of SMK Bhakti Nusantara Sidoharjo. The research method used was a pre-experimental design method. The study population experienced menstruation with a sample of 37 female students. Data collection with the Numeric Rating Scale. The results showed that the maximum value of pain before being given turmeric acid from pain to not be able to talk, became pain can not be ignored in more than 30 minutes, the minimum value before drinking herbal medicine turmeric acid pain a little annoying like puncture in being very little pain such as puncture small, while the median before drinking, the pain can not be ignored in more than 30 minutes to be painful can be ignored by distraction. The effect of giving turmeric acid herbal medicine to reduce menstrual pain as many as 34 students experienced a decrease in pain.

Keywords: menstrual pain, sour turmeric, pre-experimental design

INTISARI

Nyeri haid adalah permasalahan yang paling sering dikeluhkan perempuan. Beberapa bahan tanaman dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri yaitu kunyit, asam jawa, kayu manis, cengkeh, jahe. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian jamu kunyit asam untuk mengurangi nyeri haid pada siswi SMK Bhakti Nusantara Sidoharjo. Metode penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental design*. Populasi penelitian yang mengalami haid dengan jumlah sampel 37 siswi. Pengumpulan data dengan *Numeric Rating Scale*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai maksimal nyeri sebelum diberi kunyit asam dari nyeri hingga tidak bisa bicara, menjadi nyeri tidak bisa diabaikan dalam waktu lebih dari 30 menit, nilai minimal sebelum minum jamu kunyit asam nyeri sedikit mengganggu seperti tusukan dalam menjadi nyeri sangat sedikit gangguan seperti tusukan kecil, sedangkan nilai tengah sebelum minum jamu nyeri tidak bisa diabaikan dalam waktu lebih dari 30 menit menjadi nyeri dapat diabaikan dengan pengalihan perhatian. Pengaruh pemberian jamu kunyit asam untuk mengurangi nyeri haid sebanyak 34 siswi mengalami penurunan nyeri.

Kata kunci : nyeri haid, jamu kunyit asam, *pre-experimental design*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan periode transisi antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja dikenal sebagai suatu tahap perkembangan fisik ketika alat-alat kelamin manusia mencapai kematangan menurut ilmu kedokteran (seperti biologi dan fisiologi). Hal tersebut menyebabkan alat kelamin dan organ tubuh lainnya menuju bentuk yang sempurna. Masa pematangan fisik berjalan lebih kurang selama dua tahun, terhitung mulai pertama haid pada wanita dan mimpi basah pada pria (Dahro, 2012).

Haid atau menstruasi merupakan proses fisiologis pelepasan dinding rahim

(*endometrium*) yang banyak terdapat pembuluh darah (Prawirohardjo, 2005). Proses tersebut menyebabkan rasa nyeri. Kejadian nyeri yang di alami wanita menstruasi di dunia mendapati angka cukup tinggi, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Prosentasenya di Amerika sekitar 60%, di Swedia sekitar 72%, sementara di Indonesia sendiri mencapai 55% (Proverawati dan Misaroh, 2009).

Permasalahan nyeri haid adalah permasalahan yang paling sering dikeluhkan perempuan, karena menyerang tanpa batasan usia dan sering disertai dengan kondisi-

Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Intensitas Nyeri saat haid pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri

Effect Of Acid Turmeric To The Intensity Of Pain During Menstruation Adolescent At The High School In Pondok Pesantren Darul Hijrah

Nina Rahmadilyani^{1*}, Ainun Qomariah¹

¹STIKES Husada Borneo, Jl. A. Yani Km 30,5 No.4 Banjarbaru, Kalimantan Selatan

*korespondensi : ninarahmadilyani@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea experienced by woman. The pain felt by every woman is different, it can be mild pain, moderate, or severe that interfere with daily activities and women's health. Turmeric, tamarind is a traditional herb that is believed to be hereditary cope with menstrual pain. This study aims to determine the effect of acid turmeric to the intensity of pain during menstruation in young girls at the senior high school level at Boarding School Darul Hijrah Puteri. This study is a pre-experimental with sampling technique with total sampling are 52 respondents. Measurement of menstrual pain using a pain scale from 0-10 (Comparative Pain Scale) on a checklist. Based on the research before giving turmeric, tamarind majority of respondents experienced mild pain as many as 32 respondents (61.5%), and after giving turmeric acid responde majority do not experience menstrual pain as many as 25 respondents (48.1%). Results Wilcoxon Sign Rank Test, obtain p value= 0.000 < 0.05, so the hypothesis is accepting H1. Which means there are effect giving of turmeric tamarind against the current intensity of menstrual pain in adolescent senior high school level in Boarding School Darul Hijrah Puteri.

Keywords : *Dysmenorrhea, Turmeric Treatment Acid*

Pendahuluan

Haid adalah proses pelepasan dinding rahim (Lapisan dalam endometrium) yang terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali pada saat terjadi kehamilan. Haid biasanya diawali pada usia 9-12 tahun. Ada sebagian yang mengalami lebih dari 13-15 tahun. Sejak saat itu, perempuan akan terus mengalami haid sepanjang hidupnya, setiap bulan hingga usia 45-55 tahun yang biasa disebut menopause. Masa rata-rata perempuan haid antara 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari. Pada saat haid, perempuan ada yang mengalami berbagai gangguan haid dari yang ringan (1).

Nyeri haid dapat dikurangi secara farmakologi dan non farmakologis, secara farmakologi adalah dengan obat golongan *nonsteroid anti-inflammatory drugs* (NSAIDs) diantaranya ada ibuprofen, naproxen, diclofenac, hydrocodone dan acetaminophen, ketoprofen, meclofenamat sodium tetapi obat-obatan tersebut menyebabkan ketergantungan dan memiliki kontraindikasi yaitu hipersensitifitas, ulkus peptic (tukak lambung), perdarahan atau perforasi gastrointestinal, insufisiensi ginjal, dan resiko tinggi perdarahan. Sedangkan

Nonfarmakologis dapat dilakukan dengan relaksasi, olahraga, kompres hangat, senam, distraksi dan pemberian kunyit asam (2).

Data dari Klinik di Pondok Pesantren tahun 2015 terdapat 49 orang yang mengalami dismenorea sedangkan Januari 2016 terdapat 6 orang yang mengalami dismenorea. Siswi yang mengalami disminore oleh Klinik diberikan obat yaitu Scopma dan Papaverine untuk nyeri haid. Temuan ini memberikan indikasi akan tingginya kejadian nyeri haid (*dismenorea*) di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri.

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah adalah apakah ada pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Intensitas Nyeri Saat Haid Pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Designs* dengan metode pendekatan *One Group Pretest Posttest*. Dengan menggunakan satu kelompok responden di mana kelompok tersebut

**PENGARUH MINUM KUNYIT ASAM TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT NYERI DISMENOREA PADA SISWI
DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI JATINOM KLATEN**

Agus Winarso

Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Jamu

Abstract: Drinking Of Kunyit Asam, Level Of Dysmenorrhoea. The aim of this research was to analysis the effect of drink kunyit asam to decrease dysmenorhea level at student in Islamic School Jatinom Klaten. This study was designed as quasi experimental (pre and post test design). Data were analyzed using Wilcoxon Signed Rang-Test, with significance $\alpha=0,05$. Number of population were 45 student and sample research were 44 student. The result showed that dismenorrhoea level before taking kunyit asam of 44 respondent, 33 (75%) with mild pain and 11 (25%) with moderate pain. After drinking kunyit asam there is no pain anymore respondent number 17 (38,6%), a mild pain number 21(47,7%) and moderate pain are a number of 6 (13,6%). The result showed that significant effect between drinking kunyit asam to decrease level of dysmenorrhoea after respondent taking kunyit asam ($p=0,000$, $p<0,05$).

Key word: Drinking Of Kunyit Asam, Level Of Dysmenorrhoea

Abstrak: Minum Kunyit Asam, Tingkat Nyeri Dismenorea. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh minum kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenorea pada siswi Madrasah Tsanawwiyah Negri Jatinom Klaten. Jenis penelitian *eksperimental* dengan rancangan penelitian *quasi eksperimen (pre dan post test design)*. Uji yang digunakan dengan uji *Wilcoxon Signed Rank-Test* dengan taraf signifikansi $\alpha = 0.05$. Jumlah sampel penelitian 44 responden yang mengalami dismenorea saat menstruasi. Tingkat nyeri dismenorea siswi sebelum minum kunyit asam dari 44 responden yaitu 33 (75%) dengan tingkat nyeri ringan dan 11 (25%) dengan tingkat nyeri sedang. Setelah minum kunyit asam ada responden yang tidak nyeri lagi sejumlah 17 (38,6%), nyeri ringan sejumlah 21 (47,7%) dan nyeri sedang sejumlah 6 (13,6%). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri dismenorea setelah responden minum kunyit asam. Hasil uji statistika diperoleh nilai $p=0,000$ ($P<0,05$) menunjukkan ada pengaruh minum kunyit asam dengan penurunan tingkat nyeri dismenorea pada siswi MTsN Jatinom Klaten.

Kata Kunci: Minum Kunyit Asam, Tingkat Nyeri Dismenorea

Masa remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa, pada masa ini terjadi perubahan-perubahan baik fisiologis maupun psikologis. Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja putri adalah perkembangan organ reproduksi yang ditandai dengan timbulnya haid/menstruasi, yang terjadi pertama kali pada usia 10-16 tahun. Haid/menstruasi merupakan proses pengeluaran gumpalan darah dari

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI MENSTRUASI
(DYSMENORRHEA) PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI MTS
NURUL HIKMAH KOTA SURABAYA
TAHUN 2018**

Fidatul Jamila¹, Salis Qurota A'yum²
^{1,2} Program Studi D-3 Kebidanan, STIKes Surabaya
Email : fidatuljamila@stikes-sby.ac.id

ABSTRAK

Hasil survei *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2013 menunjukkan lebih dari 80 % wanita usia subur mengalami *dysmenorrhea* ketika haid, dan 67,2 % nya terjadi pada kelompok umur 13 – 21 tahun. Cara mengatasi nyeri haid dengan mengkonsumsi bahan herbal seperti minuman kunyit asam. Minuman kunyit asam mengandung *curcumin*, minyak atsiri, *anthocyanin* dan tanin yang dapat menurunkan tingkat nyeri. Peneliti bertujuan menganalisis pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi (*dysmenorrhea*) primer pada remaja putri di MTS. Nurul Hikmah Kota Surabaya Tahun 2018. Desain penelitian yang digunakan adalah *pra eksperimental* dengan pendekatan *one group pre test post test*. Jumlah sampel sebanyak 26 reponden didapatkan dengan metode *purposive sampling*. Analisis yang digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi (*dysmenorrhea*) menggunakan *Uji Wilcoxon Sign Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri menstruasi sebelum diberikan minuman kunyit asam yaitu sebesar 3.50, sedangkan rata-rata tingkat nyeri menstruasi sesudah diberikan minuman kunyit asam yaitu sebesar 1.46. Hasil analisis *p-value* $0.000 < 0,05$ dapat disimpulkan H_0 ditolak. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi (*dysmenorrhea*) pada remaja putri di MTS. Nurul Hikmah kota Surabaya tahun 2018. Peneliti harapkan bagi remaja putri untuk mengkonsumsi minuman kunyit asam pada saat *dysmenorrhea* sebagai salah satu obat tradisional yang dapat menurunkan nyeri menstruasi, disamping itu efek samping yang mungkin terjadi sangat minimal.

Kata kunci : *Dysmenorrhea*, kunyit asam, nyeri menstruasi.

**THE EFFECT OF THE GIVING ACIDIC TURMERIC AGAINST
DECLINE MENSTRUAL PAIN LEVEL (DYSMENORRHEA) PRIMARY
FOR YOUNG WOMEN IN MTS. NURUL HIKMAH
SURABAYA CITY AT 2018**

ABSTRACT

The *World Health Organization* (WHO) survey shows that more than 80% of women of childbearing age experience *dysmenorrhea* during menstruation, and 67.2% occur in the 13 - 21 age group (WHO, 2013). How to deal with menstrual pain by consuming herbal ingredients such as acidic turmeric drinks. Turmeric acid drinks contain *curcumin*, essential oils, *anthocyanins* and *tannins* which can reduce pain levels. The aim of the study was to analyze the effect of giving turmeric acid to the reduction of menstrual pain (*primary dysmenorrhea*) in young women in MTS. Nurul Hikmah Surabaya City in 2018. The research design used was *Pre Experimental* with *one group pre test post test* approach. The number of samples of 26 respondents was obtained by *purposive sampling* method. The analysis used to determine the effect of giving turmeric acid drinks to reduce menstrual pain levels (*dysmenorrhea*) using the *Wilcoxon Sign Rank Test*. The results showed that the average rate of menstrual pain before being given turmeric acid drink that is equal to 3.50, while the average level of menstrual pain after being given turmeric acid drink that is equal to 1.46. The result of *p-value* analysis $0.000 < 0,05$. The conclusion in this research that there is can be concluded H_0 rejected means there is difference before and after giving of turmeric acid to decrease level of menstrual pain (*dysmenorrhea*)

LAMPIRAN

CURRICULUM VITAE

A. Biodata Peneliti

Nama : Faughfira Rahmatika
NIM : 16010164
Tempat, Tanggal Lahir : Banyuwangi, 25 Desember 1997
Alamat : Banyuwangi
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
No. Telepon : 082145854779
Email : faugfirarahmatikaaa@gmail.com
Status : Mahasiswa

B. Riwayat Pendidikan

1. TK Aisyah Bustanul Atfal Bondowoso
2. SDN Ramban Kulon 01 Bondowoso
3. SMP Ibrahimy 01 Sukorejo Situbondo
4. SMK Ibrahimy 01 Sukorejo Situbondo
5. Universitas dr. Soebandi Jember