

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini telah dilakukan penelitian tentang Pengaruh Konsumsi Kunyit Asam Dengan Penurunan Tingkat Nyeri Haid (*Dismenorea*) Pada Siswi Di SMP Negeri 1 Bayat terhadap 20 responden dengan metode kuisioner. Penelitian ini dilakukan karena banyak siswi yang mengalami masalah *desminorea* dan sangat mengganggu pada proses belajar maupun menjalani aktivitas setiap harinya. Untuk mengatasi *dismenorea* dapat digunakan minuman kunyit asam. Kunyit asam dibuat dengan bahan baku rimpang kunyit, asam jawa, air dan gula aren dengan metode infundasi.

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari usia *menarche*, waktu terjadinya nyeri, frekuensi kejadian nyeri, penatalaksanaan dan penanganan menggunakan kunyit asam.

##### a. Usia *Menarche*

Menstruasi pertama atau *menarche* merupakan kejadian yang menandakan seorang remaja putri telah memasuki masa pubertas. Penelitian tentang usia *menarce* pada siswi di SMP Negeri 1 Bayat dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia *Menarche*

Usia Menarche	Frekuensi	%
11	1	5
12	8	40
13	10	50
14	1	5
Jumlah	20	100

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.1, diketahui bahwa karakteristik berdasarkan usia *menarche* siswi SMP Negeri 1 Bayat persentase yang paling tinggi adalah usia 13 tahun sebanyak 10 siswi (50%), dan persentase yang paling rendah adalah usia 11 tahun sebanyak 1 siswi (5%) dan usia 14 tahun sebanyak 1 siswi(5%).

b. Waktu Terjadinya Nyeri Haid

Waktu terjadinya nyeri haid merupakan kondisi dimana rasa nyeri atau kram di perut bagian bawah pada waktu tertentu. Penelitian tentang waktu terjadinya nyeri haid dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Waktu Terjadinya Nyeri

Waktu Terjadinya Nyeri	Frekuensi	%
Hari 1-2	16	80
1-2 hari menjelang haid	4	20
Jumlah	20	100

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa karakteristik berdasarkan waktu terjadinya nyeri siswi SMP Negeri 1 Bayat presentase yang paling tinggi adalah nyeri saat haid hari ke 1-3 sebanyak 16 siswi (80%).

c. Frekuensi Kejadian Nyeri Haid

Frekuensi kejadian nyeri haid pada masing-masing individu berbeda-beda. Hal ini dikarenakan adanya faktor hormonal yang mempengaruhinya. Penelitian tentang frekuensi kejadian nyeri haid dapat dilihat pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi Kejadian Nyeri

Frekuensi Kejadian Nyeri	Frekuensi	%
Setiap Bulan	8	40
Kadang-Kadang	12	60
Jumlah	20	100

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa karakteristik berdasarkan frekuensi kejadian nyeri haid yang dialami siswi SMP Negeri 1 Bayat presentase tertinggi adalah haid kadang-kadang atau tidak teratur sejumlah 12 siswi (60%).

d. Penatalaksanaan *Dismenorea*

Penatalaksanaan nyeri haid dibagi menjadi pengobatan secara farmakologi dan non farmakologi. Penelitian siswi yang mengatasi *dismenorea* telah dilakukan dan hasil frekuensi dapat dilihat pada tabel 4.4.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penatalaksanaan *Dismenorea*

Penatalaksanaan Nyeri	Frekuensi	%
Istirahat/tidur	11	55
Dibiarkan	7	35
Konsumsi analgesik	2	10
Jumlah	20	100

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa karakteristik berdasarkan penatalaksanaan *Dimenorea* yang dialami siswi di SMP

Negeri 1 Bayat sebagian besar yang dipilih oleh responden adalah penanganan non farmakologi seperti istirahat sebanyak 11 siswi (55%) dan penanganan secara farmakologi menggunakan analgesik sebanyak 2 responden (10%).

e. Penanganan Nyeri Dengan Kunyit Asam

Kunyit asam merupakan minuman tradisional yang dibuat dengan bahan baku rimpang kunyit dan buah asam yang memiliki kandungan antiinflamasi serta antipiretika karena dapat menghambat terlepasnya prostaglandin. Penelitian tentang konsumsi kunyit asam sebagai salah satu pereda nyeri haid pada siswi SMP Negeri 1 Bayat telah dilakukan dan frekuensi dapat dilihat pada tabel 4.5.

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Kunyit Asam.

Konsumsi Kunyit Asam	Frekuensi	%
Mengonsumsi	4	20
Tidak mengonsumsi	16	80
Jumlah	20	100

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa karakteristik berdasarkan konsumsi kunyit asam yang dilakukan oleh siswi di SMP Negeri 1 Bayat cenderung tidak mengonsumsi kunyit asam yakni sebanyak 16 siswi (80%) dan yang mengonsumsi kunyit asam sejumlah 4 siswi (20%).

## 2. Kejadian Nyeri

Perbedaan tingkat nyeri antara kelompok intervensi dengan pemberian minuman kunyit asam dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 4.6.

Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Kelompok Intervensi dan kelompok kontrol

No	Tingkat Nyeri	Kelompok Intervensi				Kelompok Kontrol			
		Pretest		Posttest		Pretest		Posttest	
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	1-3	2	20	7	70	4	40	7	70
3	4-6	6	60	3	30	6	60	3	30
4	7-9	2	20	0	0	0	0	0	0
5	10	0	0	0	0	0	0	0	0
Total		10	100	10	100	10	100	10	100

Sumber : Data Primer 2019

Keterangan :

0 = tidak nyeri

7-9 = nyeri berat terkontrol

1-3= nyeri ringan

10 = nyeri berat tidak terkontrol

4-6 = nyeri sedang

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa sebelum konsumsi kunyit asam pada kelompok intervensi terdapat beberapa siswa yang memiliki tingkat nyeri yang berbeda- beda yaitu 2 orang dengan tingkat nyeri ringan, 6 orang dengan tingkat nyeri sedang dan 2 orang dengan tingkat nyeri berat terkontrol. Setelah dilakukan perlakuan dengan memberikan intervensi minuman kunyit asam terhadap siswa terdapat adanya penurunan tingkat nyeri pada haid. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui bahwa tingkat nyeri kelompok kontrol tanpa perlakuan mengalami

penurunan tingkat nyeri namun tidak signifikan. Pada tingkat nyeri sedang mengalami penurunan rasa nyeri ke tingkat nyeri ringan.

### 3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat yaitu untuk mengetahui pengaruh konsumsi kunyit asam dengan penurunan tingkat nyeri haid pada siswi di SMP Negeri 1 Bayat.

#### a. Uji Normalitas

Data dalam penelitian ini sebelum dilakukan uji statistik dilakukan uji normalitas menggunakan uji *Shapiro Wilk* karena sampel berjumlah kecil. Dari uji tersebut didapatkan *P value* pada kelompok intervensi sebelum pemberian minuman kunyit asam adalah 0,054 dan 15 menit setelah konsumsi minuman kunyit asam adalah 0,322. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan *P value pretest* sebesar 0,046 dan *posttest* sebesar 0,045. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa uji normalitas untuk semua variabel penelitian diperoleh *p value* > (0,05) sehingga dapat disimpulkan untuk semua data berdistribusi normal.

#### b. Uji *Paired T-Test* Pada Kelompok Intervensi

Analisa pengaruh konsumsi minuman kunyit asam dengan penurunan tingkat nyeri haid (*Disminorea*) pada siswi di SMP Negeri 1 Bayat, dari uji *Paired T-Test* didapatkan nilai *pretest* rata-rata intensitas nyeri *dismenorea* pada kelompok intervensi adalah

5,40 dengan standar deviasi 1,42 dan nilai *posttest* adalah 3,30 dengan standar deviasi 1,56. Perbedaan mean *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi adalah sebesar 2,1. Hasil analisa diperoleh *P value*  $0,000 < \alpha (0,005)$ , sehingga dapat ada perbedaan antara *mean* intensitas nyeri *dismenorea* sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi. Hasil analisa diperoleh *P value*  $0,000 < (0,005)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konsumsi kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri haid pada kelompok intervensi.

c. Uji *Paired T-Test* Pada Kelompok Kontrol

Uji *Paired T-Test* merupakan uji beda dua sampel berpasangan. Dari uji tersebut didapatkan nilai *pretest* rata-rata intensitas nyeri *dismenorea* pada kelompok kontrol adalah 4,20 dengan standar deviasi 1,22 dan nilai *posttest* adalah 3,00 dengan standar deviasi 1,094. Perbedaan mean *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol adalah sebesar 1,2. Hasil analisa diperoleh *P value*  $0,000 < \alpha (0,005)$ , sehingga dapat ada perbedaan antara *mean* intensitas nyeri *dismenorea* sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.

d. Uji *Independent T-Test* Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Uji *Independent T-Test* ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan rata-rata antara dua kelompok sampel yang tidak berhubungan. Hasil uji *Independent T-Test* menunjukkan

nilai signifikansi ( $p$ ) dari kelompok intervensi adalah 0,206 yang mana kelompok tersebut memiliki nilai probabilitas  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima atau tidak terdapat perbedaan yang berarti.

## **B. Pembahasan**

Tingkat nyeri haid pada siswi di SMP Negeri 1 Bayat dilakukan dengan dua perlakuan yaitu 10 siswi dengan dilakukan perlakuan (kelompok intervensi) dan 10 siswi dengan tidak ada perlakuan (kelompok kontrol). Perlakuan pada penelitian ini yaitu pemberian minuman kunyit asam kepada siswi yang sedang mengalami nyeri haid.

Usia merupakan salah satu karakteristik yang dapat mempengaruhi perilaku dan sikap dalam mengambil keputusan. Selain dapat mempengaruhi perilaku dan sikap, usia seseorang khususnya wanita dapat mengganggu tingkat nyeri haid atau *dismenore* pada wanita. Pada tabel 4.1 distribusi frekuensi responden berdasarkan usia *menarche* didapat hasil bahwa bahwa karakteristik berdasarkan usia *menarche* siswi SMP Negeri 1 Bayat persentase yang paling tinggi adalah usia 13 tahun sebanyak 10 siswi (50%), dan persentase yang paling rendah adalah usia 11 tahun sebanyak 1 siswi (5%) dan usia 14 tahun sebanyak 1 siswi (5%).

Waktu nyeri haid pada wanita berbeda-beda, menurut Agus (2014) bahwa gejala *dismenore* muncul  $< 12$  jam sejak menstruasi dan waktu hilangnya *dismenore* paling banyak pada  $< 48$  jam sejak mulai menstruasi karena produksi prostaglandin akan terus berkurang selama 48 jam. Hasil penelitian tabel 4.2 distribusi frekuensi responden berdasarkan waktu terjadinya nyeri diketahui bahwa karakteristik berdasarkan waktu terjadinya nyeri siswi SMP Negeri 1 Bayat



presentase yang paling tinggi adalah nyeri saat haid hari ke 1-3 sebanyak 16 siswi (80%).

Pada frekuensi terjadinya nyeri terjadi oleh beberapa faktor antara lain stress, shock, penyempitan pembuluh darah, penyakit yang menahun, kurang darah dan kondisi tubuh yang menurun (Lie, 2004). Pada tabel Tabel 4.3 distribusi frekuensi responden berdasarkan frekuensi kejadian nyeri diketahui bahwa berdasarkan frekuensi kejadian nyeri haid yang dialami siswi SMP Negeri 1 Bayat presentase tertinggi adalah haid kadang-kadang atau tidak teratur sejumlah 12 siswi (60%).

Penatalaksanaan nyeri haid dilakukan dengan non farmakologi dan farmakologi. Pada perlakuan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara istirahat, olahraga teratur, pijatan dan pengompresan sedangkan pada farmakologi dilakukan dengan minum obat (Leli dkk, 2011). Dari hasil penelitian dari tabel 4.4 distribusi frekuensi responden berdasarkan penatalaksanaan *Dismenorea* penanganan non farmakologi seperti istirahat sebanyak 11 siswi (55%) dan penanganan secara farmakologi menggunakan analgesik sebanyak 2 responden (10%).

Minuman kunyit dibuat dengan bahan baku utama kunyit (*Curcuma domestica*) dan buah asam jawa (*Tamarindus indica*) dengan tambahan pemanis yakni gula aren. Kunyit mengandung zat aktif berupa *curcumin* yang berfungsi sebagai analgetik, antipiretik dan antiinflamasi. Jumlah *curcumin* yang aman dikonsumsi manusia adalah 100 mg/hari (Marlina, 2012). Asam jawa mengandung *antocyanin* yang berfungsi sebagai antiinflamasi, antipiretik dan

penenang. Pembuatan minuman kunyit asam menggunakan metode infundasi yakni merupakan metode penyarian dengan cara menyari simplisia dalam air pada suhu 90°C selama 15 menit. Penyarian dengan metode ini menghasilkan ekstrak yang tidak stabil dan mudah tercemar oleh kuman dan kapang. Oleh sebab itu, ekstrak yang diperoleh dengan cara ini tidak boleh disimpan lebih dari 24 jam (Ansel, 1989).

Dari perlakuan (kelompok intervensi) pemberian minuman kunyit asam didapat hasil bahwa siswi mengalami penurunan tingkat nyeri yang signifikan. Pada kelompok intervensi didapat bahwa dari 10 siswi mengalami penurunan tingkat nyeri dari nyeri berat terkontrol menjadi nyeri ringan. Penurunan ini terjadi karena minuman kunyit asam mengandung *curcumin* yang berfungsi sebagai anti inflamasi, analgesik dan antioksidan. Sedangkan pada asam jawa memiliki kadar antioksidan tinggi dan akan bertambah kadar antioksidannya apabila dipadukan dengan rempah lain seperti kunyit (Astawan, 2009).

Perbedaan skala nyeri haid sebelum dan sesudah konsumsi minuman kunyit asam pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri haid responden pada kelompok intervensi sebelum konsumsi kunyit asam berada pada tingkat nyeri sedang atau sebesar 5,40 dan setelah konsumsi kunyit asam pada saat nyeri haid rata-rata tingkat nyeri responden menjadi 3,30 atau tingkat nyeri ringan. Sedangkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri siswi pada kelompok kontrol sebelumnya adalah 4,20 atau nyeri sedang, setelah dibiarkan selama 15 menit tanpa adanya perlakuan rata-rata tingkat nyeri menjadi 3,00 atau nyeri ringan.

Penurunan nyeri pada kelompok kontrol ini terjadi karena beberapa faktor diantaranya stress psikologis, usia *menarche*, status gizi dan aktivitas fisik (Proverawati dan Misaroh, 2009).

Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri yang dirasakan oleh individu. Pengukuran intensitas nyeri bersifat sangat subjektif dan intensitas yang sama dirasakan berbeda oleh dua orang yang berbeda (Andarmoyo, 2013). Dari data diatas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata nyeri haid primer pada kelompok eksperimen yang diberikan intervensi konsumsi kunyit asam sebanyak 150 ml dengan kelompok kontrol yang tidak mengkonsumsi kunyit asam.

Pengaruh konsumsi minuman kunyit asam dengan penurunan tingkat nyeri haid pada siswi di SMP Negeri 1 Bayat. Berdasarkan hasil uji *Independent T-Test* pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa konsumsi kunyit asam tidak efektif terhadap penurunan intensitas nyeri haid dengan hasil statistik  $p = 0,206$  ( $p > 0,05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  ditolak, yang berarti konsumsi kunyit asam tidak berpengaruh untuk mengurangi intensitas nyeri haid pada siswi di SMP Negeri 1 Bayat. Tidak berpengaruhnya minuman kunyit asam dengan penurunan skala nyeri ini dikarenakan berbagai faktor diantaranya adalah stress psikologis, status gizi, kurangnya aktivitas fisik, faktor alergi dan faktor endokrin yang berhubungan dengan kontaktilitas otot (Simanjutak, 2008). Namun pada ekstrak kunyit asam mengandung *curcumine* dan *anthocyanin* yang bekerja menghambat reaksi *cyclooxygenase* (COX) sehingga mengurangi reaksi inflamasi dan menghambat kontraksi uterus. Mekanisme penghambatan kontraksi uterus

melalui *curcumine* adalah dengan mengurangi influx ion kalsium ( $\text{Ca}^{2+}$ ) kedalam kanal kalsium pada sel-sel epitel uterus. Kandungan *curcumenol* sebagai agen analgetika akan menghambat pelepasan PG yang berlebihan (Anindita, 2010).

Penelitian ini didukung oleh penelitian Agus (2014) dengan judul pengaruh minum kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenorea* pada siswi di madrasah tsanawiyah negeri Jatinom Klaten didapatkan tingkat nyeri 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 responden yang tidak nyeri lagi sejumlah 17 (38,6%), nyeri ringan sejumlah 21 (47,7%) dan nyeri sedang sejumlah 6 (13,6%). Berdasarkan penelitian di SMP Negeri 1 Bayat membuktikan bahwa perlakuan pemberian minuman kunyit asam pada siswi yang mengalami *disminorea* dapat mempengaruhi tingkat nyeri haid yang diderita.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Dalam peneliti ini ada keterbatasan dalam penelitian tersebut adalah parameter nyeri sulit dilakukan dalam penelitian karena pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual, kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda.