

Pengaruh Ekstrak Air Kunyit Putih (*Curcuma Zedoaria Roscoe*) pada Pengurangan Dismenore Primer

**Dewi Nawang Sari¹, Ruswana Anwar², Adjat Sedjati Rasyad¹,
Hidayat Wijayanegara¹, Hadi Supriadi³, Achmad Suardi¹**

¹Magister Terapan Kebidanan, STIKes Dharma Husada Bandung,

²Departemen Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Padjadjaran/
RSUP Dr. Hasan Sadikin, Bandung

³Graha Herbal Metrifita

Abstrak

Dismenore primer merupakan keluhan ginekologi yang sering memengaruhi menstruasi perempuan. Penemuan pengobatan yang lebih sederhana sangat diperlukan seperti produk herbal kunyit putih (*Curcuma Zedoaria Roscoe*) yang diketahui memiliki kandungan minyak atsiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh ekstrak air kunyit putih (*Curcuma Zedoaria Roscoe*) pada pengurangan nyeri dismenore primer. Subyek penelitian ini adalah mahasiswi tingkat 1 dan 2 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Indonesia dengan dismenore primer yang berjumlah 37 orang. Jenis penelitian ini adalah penelitian Quasi eksperimen dengan desain *one group pre-test post test*, dilaksanakan di Cipayung, Jakarta Timur pada bulan Juni-Juli 2019. Data diolah dengan uji parametik *paired t test* dan uji non parametik *Wilcoxon*. Hasil penelitian terdapat pengaruh yang bermakna derajat dismenore sebelum dan sesudah diberikan ekstrak air kunyit putih ($p < 0,05$). Derajat nyeri sebelum dan sesudah pemberian ekstrak air kunyit putih yang pertama adalah $4.700 \pm 1,244$ vs $3.620 \pm 1,341$ ($p = 0,003$), derajat nyeri sebelum dan sesudah pemberian ekstrak air kunyit putih yang kedua adalah $4.700 \pm 1,244$ vs $2.350 \pm 1,358$ ($p = 0,000$). Simpulan penelitian ini menyebutkan bahwa ekstrak air kunyit putih efektif dalam menangani nyeri dismenore primer, oleh karena itu dapat dijadikan salah satu alternatif dalam penatalaksanaan dismenore primer

Kata Kunci : Dismenore , Ekstrak Air, NRS, Remaja

Effect of White Turmeric Water Extract (Curcuma Zedoaria Roscoe) on Reduction of Dismenore Primer

Abstract

Primary dysmenorrhea is a frequent gynecological complaints affecting women menstruation. The discovery of a much simpler treatment is indispensable as herbal products white turmeric (Curcuma zedoaria Roscoe) which are known to contain essential oils. The research objective to analyze the effect of the water extract of white turmeric (Curcuma zedoaria Roscoe) on pain relief of primary dysmenorrhea. The subject of this research is a student at the 1 and 2 Faculty of Health Sciences University of Respati Indonesia with primary dysmenorrhea, amounting to 37 people. Quasi-experimental research type design with one group pre-test post test, carried out in Cipayung, East Jakarta in June-July 2019. The data is processed by the parametric test paired t test and non-parametric Wilcoxon test. The results of the study are significant differences degrees of dysmenorrhea before and after water white turmeric extract ($p < 0.05$). The degree of pain before and after the administration of aqueous extract of turmeric white first was $4,700 \pm 1,244$ vs. $3,620 \pm 1.341$ ($p = 0.003$), the degree of pain before and after the administration of aqueous extract of white turmeric second was 4.700 ± 1.244 vs 2.350 ± 1.358 ($p = 0.000$). The conclusions of this study states that white turmeric extract water effective in the treatment of primary dysmenorrhea pain, therefore it can be used as an alternative in the treatment of primary dysmenorrhea

Keywords : Dysmenorrhea, Extract Water, NRS, Teen

Korespondensi:

Dewi Nawang Sari, M.Tr., Keb

Magister Terapan Kebidanan, STIKes Dharma Husada Bandung

Jl. Terusan Jakarta No 71-75, Antapani, Kota Bandung

Mobile :087869195113

Email : dewinawangsari92@yahoo.com

Pendahuluan

Menstruasi atau disebut juga dengan haid adalah pendarahan dari uterus yang berlangsung secara periodik dan siklik, biasanya disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Hampir seluruh perempuan mengalami menstruasi mempunyai pengalaman nyeri haid dengan tingkatan yang berbeda. Mulai dari rasa pegal pada bagian panggul dan perut bagian bawah hingga nyeri yang luar biasa sakitnya. Dalam istilah medis rasa sakit atau nyeri dan kram saat haid disebut dengan dismenore.^{1,2}

Rasa sakit yang terjadi tidak disertai dengan adanya riwayat infeksi pada panggul atau panggul dalam keadaan normal dinamakan dismenore primer. Sedangkan rasa sakit yang terjadi dikarenakan adanya kelainan ginekologi disebut dismenore sekunder.³

Angka kejadian dismenore di Indonesia bervariasi antara 45–95% yang terjadi pada Wanita Usia Subur (WUS).⁴ Angka kejadian dismenore di Indonesia menurut sumber lain menyebutkan sebanyak 64,25%.⁵ Banyaknya gejala saat dismenore dapat memengaruhi aktivitas kerja dan aktivitas sehari-hari. dismenore primer mengakibatkan penurunan aktivitas seperti: tidak mengikuti pelajaran di kelas, tidak mengikuti kegiatan, hanya tiduran, dan sulit berjalan.⁵

Sebelum dilakukan penelitian dilakukan terlebih dahulu studi pendahuluan pada mahasiswa tingkat 1 dan 2 Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, hasil wawancara pada 25 mahasiswa yang mengalami dismenore didapatkan 8 (32%) mahasiswa mengurangi nyeri dengan minum analgetik, 6 (24%) hanya tiduran saja dengan melakukan peregangan, 5 (20%) mahasiswa mengurangi nyeri dengan minum air hangat, dan 6 (24%) mahasiswa tidak melakukan upaya apapun hanya mendiarkannya saja, sedangkan konsumsi kunyit putih belum pernah dilakukan.^{2,3} Palang Merah Remaja (PMR) menyebutkan bahwa keadaan ini mengganggu konsentrasi belajar remaja di kelas dan membuat mereka malas beraktivitas, rata-rata remaja mengeluhkan perutnya sakit disertai lemas, pusing, dan bahkan sampai pingsan karena tidak dapat menahan sakit dismenore ada pula remaja izin pulang diakibatkan dismenore.³

Banyaknya wanita yang mengalami dismenore menyebabkan penanganan dismenore sangat penting untuk dilakukan agar tidak berpengaruh pada aktivitas remaja itu sendiri.^{4,5}

Produk herbal atau fitofarmaka dapat dijadikan sebagai alternatif bagi para wanita yang ingin mengurangi rasa nyeri dismenore, salah satunya adalah dengan minuman berbahan dasar kunyit untuk mengatasi dismenore dapat menggunakan

kunyit putih atau yang bernama latin *Curcuma zedoaria Roscoe*. Senyawa fenolik yang terdapat dalam kunyit putih dapat dijadikan sebagai anti-mikroba, anti-inflamasi, antioksidan dan analgetika.⁶⁻⁸

Hasil penelitian De Sousa (2011), minyak atsiri mempunyai efek analgetik yang mempunyai komponen terdiri dari 62,8% monoterpen, 18,6% sesquiterpen dan senyawa lainnya 18,6%. Flavonoid merupakan golongan yang larut dalam air dan dalam tumbuhan terikat sebagai glikosida dan aglikon.¹⁰ Kandungan minyak atsiri berguna untuk menurunkan nyeri haid atau antinyeri dan mengurangi ekskresi kadar prostaglandin.^{10,11}

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh ekstrak air kunyit putih (*Curcuma Zedoaria Roscoe*) pada pengurangan nyeri dismenore primer.

Metode

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Indonesia pada periode Juni-Juli 2019. Metode penelitian yang digunakan yaitu *Quasi Experiment, one group pre-test post-test*.¹³ Subyek pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat 1 dan 2 di Fakultas Ilmu Kesehatan URINDO yang sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, dan bersedia menjadi responden dengan mengisi lembar persetujuan (*informed consent*) sebanyak 37 responden. Kriteria inklusi adalah mahasiswa tingkat 1 dan 2 yang mengalami dismenore primer di FIKes URINDO, dibuktikan dengan pemeriksaan USG. Kriteria Drop Out pada penelitian ini adalah responden yang tidak melapor dan datang saat pertama kali nyeri haid serta responden yang mengundurkan diri saat penelitian berlangsung

Uji pengaruh pemberian ekstrak air kunyit putih sebelum dan sesudah pemberian ekstrak kunyit putih yang pertama terhadap penurunan skala dismenore menggunakan *Numeric Rate Scale (NRS)* menggunakan uji *Wilcoxon*, sementara uji pengaruh pemberian ekstrak air kunyit putih sebelum dan sesudah pemberian ekstrak kunyit putih yang kedua terhadap penurunan skala dismenore menggunakan NRS menggunakan uji *Paired Sample T Test*.¹⁴ Persetujuan etik penelitian didapat dari Komite Etik Penelitian Program Magister Terapan Kebidanan STIKes Dharma Husada Bandung dengan surat No: 092/SDHB/SKet/PSKBS2/V/2019.

Hasil

Berdasar atas hasil penelitian sebagian besar

Tabel 1 Distribusi Dominan Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Pesentasi (%)
1	Usia	20 tahun	17	45,9%
2	Siklus Haid	28 hari	8	21,6%
3	Menarch	13 tahun	18	48,6%
4	Lama Haid	6 hari	11	29,7%
5	Usia pertama dismenore	14 tahun	12	32,4%
6	Lama Nyeri	3 hari	21	56%
7	Pengobatan	Tidak	37	100%
8	Penyakit yang diderita	Tidak	36	97,3%

responden berumur 20 tahun. Pemilihan mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Indonesia TA 2018/2019 sebagai responden penelitian karena usia mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Indonesia Tingkat 1 dan 2 berada pada rentang usia yang biasa mengalami dismenore primer. Puncak insiden dismenore primer terjadi pada akhir masa remaja dan di awal usia 20-an. Hal ini menunjukkan bahwa faktor usia memberikan pengaruh terhadap kejadian dismenore primer.

Berdasar atas siklus menstruasi sebagian besar responden mempunyai siklus menstruasi 24-34. Siklus menstruasi normal adalah 24-34 hari, sedangkan siklus menstruasi yang tidak normal adalah kurang dari 24 dan lebih dari 34. Faktor yang dapat menyebabkan gangguan sistem reproduksi seperti siklus menstruasi antara lain: gangguan hormonal, stres, kelainan sistemik, kelenjar gondok, hormon prolaktin berlebihan, tinggi atau rendahnya IMT, Status gizi, aktivitas fisik, dan usia *menarche*.

Berdasar atas usia *menarche* sebagian besar responden mengalami *menarche* pada usia 13 tahun. Pada perempuan, pubertas berbentuk peristiwa haid pertama yang disebut *menarche*. *Menarche* adalah tahap perkembangan fisik ketika alat reproduksi manusia mencapai kematangannya. Usia *menarche* bervariasi pada setiap perempuan. Pada umumnya *menarche* terjadi pada usia 12-14 tahun.

Berdasar atas usia lama haid sebagian besar responden mengalami haid selama 7 hari, dimana normal haid berlangsung selama 3-7 hari.¹² Berdasar atas pertama kali mengalami dismenore sebagian besar responden mengalami nyeri menstruasi sejak usia 14 tahun, hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan sebagian besar dismenore dirasakan pertama kali 2 tahun setelah *menarche*.

Berdasar atas lama nyeri haid sebagian besar responden mengalami nyeri haid selama tiga hari. Nyeri terasa ringan namun konstan, dan berlangsung hingga 3 hari. Nyeri ini akan

berangsur-angsur hilang seiring bertambahnya usia, terlebih setelah memiliki anak.

Tabel 2 rata-rata skala NRS dismenore sesudah diberikan ekstrak air kunyit putih yang pertama terdapat penurunan sebesar 1.08 dengan nilai $p = 0,03$ dengan demikian penurunan nyeri dismenore setelah pemberian ekstrak air kunyit putih yang pertama dan dilakukan penilaian setelah 6 jam terbukti efektif.

Tabel 3 rata-rata skala NRS dismenore sesudah diberikan ekstrak air kunyit putih yang kedua terdapat penurunan sebesar 2.35 dan diperoleh nilai $p=0.000$ dengan demikian penurunan nyeri dismenore setelah pemberian ekstrak air kunyit putih yang kedua dan dilakukan penilaian setelah 6 jam terbukti efektif.

Tabel 2 Skor Nyeri Dismenore rata-rata sebelum dan sesudah pemberian ekstrak air kunyit putih yang pertama

Sebelum	Sesudah	Nilai p
4.700±1.244	3.620±1.341	0.003*

Keterangan : *) *Wilcoxon* Sesudah: Rata Rata NRS sesudah 6 jam pemberian ekstrak air putih yang pertama.

Tabel 3 Skor Nyeri Dismenore rata-rata sebelum dan sesudah pemberian ekstrak air kunyit putih yang kedua

Sebelum	Sesudah	Nilai p
4.700±1.244	2.350±1.358	0.000**

Keterangan : **) *Paired Sample T Test* Sesudah: Rata Rata NRS sesudah 6 jam pemberian ekstrak air kunyit putih yang kedua.

Pembahasan

Peneliti melakukan pengujian determinasi tumbuhan terhadap tanaman kunyit putih di Labtek Sekolah Ilmu dan Teknologi Hayati,

Institut Teknologi Bandung. Pengujian kandungan minyak atsiri dan kandungan curcumin di Balai Penelitian dan Tanaman Rempah Obat (Balitro). Diperoleh hasil parameter analisis kandungan minyak atsiri dan curcumin dalam 200 gram adalah sebesar 2.36%, hal ini menunjukkan tingginya kandungan minyak atsiri pada kunyit putih yang diambil dari desa Wanareja, Subang Jawa Barat.

Berdasar atas hasil penelitian tersebut didapat skala nyeri disemenore rata-rata pada pre test adalah skor 4.700 termasuk dismenore primer sedang setelah diberikan ekstrak air kunyit putih yang pertama ada perubahan skala nyeri dismenore, sebelumnya skor 4.700 menjadi 3.620 (terdapat penurunan skor sebanyak 1.08) sedangkan setelah diberikan ekstrak air kunyit putih yang kedua menjadi 2.350 (terdapat penurunan skor NSR sebanyak 2,35) termasuk kategori dismenore ringan.

Responden yang mengkonsumsi ekstrak air kunyit putih mengalami penurunan nyeri dismenore, teorinya kunyit putih mengandung minyak atsiri yang mengandung Ar-Turmeron dan β -Turmeron dapat menurunkan nyeri haid atau anti nyeri dan mengurangi ekskresi kadar prostaglandin.¹⁵

Hasil penelitian De Sousa, minyak atsiri mempunyai efek analgetik. Komponen yang berperan adalah 62,8% monoterpen, 18,6 sesquiterpen dan senyawa lainnya 18,6%.¹⁰

Penelitian yang dilakukan oleh Dede Mahdiah dkk. menyatakan bahwa, ada pengaruh sebelum dan sesudah pemberian sari minuman kunyit putih. Kandungan zat terdapat dalam kunyit ini, dilaporkan juga memiliki zat aktif yang dapat membunuh sel – sel kanker, dan juga dapat meredakan nyeri haid yang sering dialami oleh remaja putri.⁹

Penelitian lain menyimpulkan bahwa, ekstrak air kunyit putih yang mengandung minyak atsiri memengaruhi nyeri dismenore primer. Fungsi senyawa yang terkandung dalam ekstrak air kunyit putih mempunyai peranan sebagai, antioksidan, antitumor, antikanker, antimikroba, analgesik, antipikun dan antiracun.^{15,17}

Penelitian ini dilakukan dengan cara intervensi pada hari ke dua menstruasi, didapat skala nyeri menstruasi mengalami perubahan, rata-rata pre test adalah skor 4.700, setelah diberikan ekstrak air kunyit putih. Perubahan skala nyeri menstruasi rata-rata yaitu 3,620 skor berarti mengalami penurunan rata-rata 10,8%, dan setelah diberikan ekstrak air kunyit putih yang kedua perubahan skala nyeri menstruasi rata-rata menjadi skor 2.350 mengalami penurunan rata-rata 23,5%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif bila mengkonsumsi ekstrak air kunyit putih dapat

menurunkan nyeri dismenore.

Berdasar atas pengujian hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa ekstrak air kunyit putih (*Curcuma zedoaria [Roscoe]*) berpengaruh dalam menurunkan skor nyeri dismenore primer. Saran ilmiah dari penelitian ini adalah perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk menganalisis dan mengembangkan cara pengolahan untuk pemakaian sebagai obat alternative dismenore primer.

Daftar Pustaka

1. Saguni FCA, Madianung A, Masi G. Hubungan dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen I Tomohan. J Keperawatan. 2013;1(1):1–6.
2. Kurniawati D. Pengaruh Dismenore Terhadap Aktivitas Pada Siswi Smk. J Kesehat Masy. 2013;8(2):113–20.
3. American College of Obstreticians and Gynecologists. Frequently asked question (FAQ046) gynecologic problems. 2012.
4. Proverawati A, Misaroh S. Menarce, menstruasi pertama penuh makna. Yogyakarta; 2013.
5. Tabanan K. Pengaruh Pendidikan Sex Dengan Kesiapan Psikologi Remaja Putri Pra-Pubertas Menghadapi Menarce. 2016. 1(8):1–12.
6. Novia I, Puspitasari N. Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer. Indonesia J public Heal. 2016;4:96–103.
7. Ashfahani ED, Wiratmini NI. Motilitas Dan Viabilitas Spermatozoa Mencit (Mus Musculus L) Setelah Pemberian Ekstrak Temu Putih (*Curcuma Zedoaria Roscoe*) J Biol Xiv. 2007;1(1):20–3.
8. Wulandari A, Rodiyani, Sari RDP. Pengaruh Pemberian Ekstrak Kunyit (*Curcuma Zedoaria*) dalam Mengatasi Dismenorea. 2018;7:193–7.
9. Hartati. Khasiat kunyit sebagai obat tradisional dan manfaat lainnya. WPPTI. 2017;6(19):5–9.
10. Afrizal F. Kandungan Minyak Atsiri Tumbuhan Tradisional. Farmasi. 2014;1–4.
11. Etniarti. Minyak Atsiri Untuk Anti Implamasi. J Biol. 2017;5(1):1–5.
12. Mahdiah D, Hidayah N, Helvina E. Efektifitas Pemberian Minuman Sari Kunyit Putih Terhadap Penurunan Nyeri Haid “Dismenore Primer” Pada Siswi Kelas XI SMK N 3 Banjarmasin. Dinmaika Kesehatan.2016.1(7).
13. Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Afabeta, editor.

- Bandung: Afabeta; 2012.
14. Hidayat AA. Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data. 2nd ed. Jakarta: Salemba Medika; 2014.
 15. Dewoto HR. Pengembangan Obat Tradisional Indonesia Menjadi Fitofarmaka . Maj Kedokt Indones [Internet]. 2007;57(7):205–11.
 16. Sujono TA, Patimah R, Yuliani R. Efek Antiinflamasi Infusa Rimpang Temu Putih (*Curcuma zedoaria Roscoe*) Pada Tikus. Biomedika. 2012;4(2):10–7.
 17. Silalahi M. *CurcumazedoariaRoscoe* (Manfaat dan Bioaktivitas). Pro-Life. 2018;05(01).