

PENGARUH PEMBERIAN JAMU TEMULAWAK TERHADAP NYERI HAID PADA REMAJA DI RW001 KEL LUBANG BUAYA JAKARTA TIMUR TAHUN 2022

Eka Maulana Nurzannah¹, Yocki Yuanti² Galuh Nanda³
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan STIKes Mitra RIA Husada Jakarta
JL. Karya Bhakti No.3 Cibubur, Jakarta Timur 13270, Indonesia
Email Korespondensi : ekamaulananurzanah@gmail.com

ABSTRAK

Dismenore merupakan keadaan tidak normal yang terjadi pada saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas, nyeri di daerah perut sampai ke panggul akibat produksi zat prostaglandin yang meningkat dan kontraksi otot rahim yang kuat, prostaglandin diproduksi oleh lapisan dalam rahim. Dismenore dapat diobati dengan menggunakan minuman kunyit asam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap perubahan skala nyeri pada remaja putri di Rw001 Kelurahan Lubang Buaya Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan Quasy Eksperimen dengan rancangan *one group pre-posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah 35 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Numeric Rating Scale*. Analisis data yang digunakan adalah *Uji T Dependent*. Skala nyeri sebelum diberikan jamu temulawak 42,9% nyeri berat dan sesudah diberikan jamu temulawak 22,9% nyeri berat. Analisa uji statistic dengan menggunakan *Uji T Dependent Rank Test* didapatkan nilai $p\text{-value } 0,001 \leq \alpha 0,05$ menunjukkan adanya pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap remaja putri di Kelurahan Lubang Buaya Jakarta Timur. Kesimpulan penelitian ini adanya pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap remaja putri. Berdasarkan penelitian ini disarankan kepada remaja putri meminum jamu temulawak 100cc/hari saat menstruasi sebagai salah satu alternative penurunan skala nyeri.

Kata Kunci : Jamu Temulawak, Nyeri Haid, Remaja Putri

THE INFLUENCE OF GIVING TEMULAWAK JAMU ON MENTAL PAIN IN ADOLESCENTS IN RW001 LUBANG BUAYA KEL EAST JAKARTA, 2022

ABSTRACT

Dysmenorrhea is an abnormal condition that occurs during menstruation which can interfere with activities, pain in the abdominal area to the pelvis due to increased production of prostaglandin substances and strong uterine muscle contractions, prostaglandins are produced by the lining of the uterus. Dysmenorrhea can be treated by using a sour turmeric drink. This study aims to determine the effect of giving temulawak herbal medicine to changes in pain scale in adolescent girls in Rw001, Lubang Buaya Village, East Jakarta. This study uses a Quasy Experiment with a one group pre-posttest design. The sampling technique used purposive sampling with a total of 35 respondents. The instrument used is a Numeric Rating Scale questionnaire. Analysis of the data used is Dependent T Test. The pain scale before being given herbal medicine was 42.9% severe pain and after being given herbal medicine 22.9% severe pain. Statistical test analysis using the T-Test Dependent Rank Test obtained a p-value of 0.001 0.05 indicating the effect of giving herbal medicine to young women in Lubang Buaya, East Jakarta. The conclusion of this study is that there is an effect of giving herbal medicine to young women. Based on this research, it is suggested to young women to drink 100cc of herbal medicine per day during menstruation as an alternative to reduce pain scale.

Key words : Jamu Temulawak, Dysmenorrhea, Adolescent

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa. Menurut World Health Organization (WHO) (2015), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-21 tahun.¹ Pada masa remaja ini terjadi fase peralihan dimulai dari masa anak – anak hingga masa dewasa. Dimana masa dewasa ini terjadi banyak perubahan fisik dan psikis.² Empat puluh hingga tujuh puluh persen wanita pada masa reproduksi mengalami nyeri haid, dan sebesar 10 persen mengalaminya hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Penyebab lain dismenore dialami wanita dengan kelainan tertentu, misalnya endometriosis, infeksi pelvis (daerah panggul), tumor rahim, apendisitis, kelainan organ pencernaan, bahkan kelainan ginjal.³

Derajat nyeri dan kadar gangguan tentu tidak sama pada setiap wanita. Cara mengatasi dismenorea salah satunya mengkonsumsi obat yang sifatnya analgetik. Obat anti inflamasi yang sifatnya non steroid atau non narkotik yang dapat menurunkan nyeri tetapi banyak efek samping yang kemungkinan akan terjadi saat kita mengkonsumsinya.⁴

Beberapa terapi yang dapat mengurangi nyeri haid yaitu secara farmakologis dan non farmakologini, Salah satu terapi farmakologi adalah pemberian obat-obatan analgesic. Obat golongan NSAID (Non Steroidal Anti Inflammatori Drugs) dapat meredakan nyeri dengan cara memblok prostaglandin yang menyebabkan nyeri. Terapi non farmakologi antara lain pengaturan posisi, teknik relaksasi, manajemen sentuhan, manajemen lingkungan, distraksi, dukungan perilaku, imajinasi, kompres dan pemberian ramuan herbal. Terapi ramuan herbal dapat dilakukan dengan cara menggunakan obat tradisional yang berasal dari bahan-bahan tanaman. Ramuan atau produk herbal atau fitofarmaka saat ini memang sedang menjadi alternatif utama bagi para remaja putri yang ingin mengurangi rasa nyeri tanpa mendapat efek samping.⁵

Salah satu produk herbal yang biasa dikonsumsi dan telah familiar di masyarakat untuk mengurangi nyeri haid adalah minuman Temulawak (*curcuma zanthorrhiza*). Data menurut IOT (Industri Obat Tradisional) dan IKOT (Industri Kecil Obat Tradisional) dari 4.187 terdapat 40% masyarakat memanfaatkan Temulawak sebagai pengobatan dan 10% masyarakat mengkonsumsi kunyit untuk mengurangi nyeri waktu haid.² Temulawak (*curcuma zanthorrhiza*) merupakan jenis tanaman yang telah di gunakan sejak lama di Indonesia. Salah satu bahan untuk membuat jamu, kunyit memiliki khasiat antibakteri, anti jamur dan antivirus. Kunyit memiliki kandungan senyawa kimia *curcumin* yang memiliki khasiat untuk meredakan inflamasi seperti nyeri Haid.⁶

Menurut data WHO, di Indonesia angka kejadian dismenorea sebanyak 55% di kalangan remaja, dimana 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat dismenorea.

Di Indonesia kejadian dismenorea primer 72,89% dan dismenorea sekunder 27,11% dan 45-95% dikalangan wanita di usia produktif.⁷ Prevalensi di Jakarta, dismenore primer adalah 87,5% dengan nyeri ringan 20,48%, nyeri sedang 64,76%, dan nyeri parah 14,76%. Prevalensi dismenore sekunder adalah 12,5%.⁶ Jumlah populasi wanita di DKI Jakarta berdasarkan hasil sensus tahun 2010 sebanyak 4.735.126 jiwa atau 49,3% (BPS, 2010) di Jakarta Barat presentase remaja akhir sebesar 25,12%.⁶

Menurut Penelitian Ariescha yang dilakukan pada tahun 2020 menunjukkan hasil bahwa pemberian Jamu temulawak berpengaruh terhadap penurunan nyeri menstruasi dengan hasil P-value > 0,05. Setelah minum jamu temulawak mayoritas remaja putri mengalami penurunan nyeri dari sedang menjadi ringan dan bahkan tidak mengalami nyeri dengan mayoritas mengalami nyeri ringan (60%) dan tidak nyeri (35%). Karena kandungan kurkumin dan desmetoksikurkuminnya mampu menghilangkan nyeri menstruasi. Jamu temulawak juga merupakan alternatif yang lebih aman dan tidak mempunyai efek samping.⁴

Berdasarkan hasil studi terdahulu di Gorda Pass Rw 001 Kel Lubang Buaya pada bulan Maret tahun 2022 didapatkan remaja putri sebanyak 39 orang dan remaja putri yang mengalami dismenore sebanyak 32 orang (82%). Penanganan yang dilakukan oleh remaja putri hanya melakukan pengobatan medis dengan mengkonsumsi obat-obatan anti nyeri dan ada yang membiarkannya, sedangkan untuk non farmakologi seperti pemberian jamu temulawak hanya sedikit dan bahkan tidak ada yang melakukannya.

Berdasarkan survey awal uraian diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di Gorda Rw001 Kel Lubang Buaya Tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan terhadap Remaja Putri di Gorda Rw001 Kel Lubang Buaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian Jamu Temulawak terhadap Remaja Putri di Gorda Rw001 Kel Lubang Buaya. Penelitian dilakukan pada bulan maret tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode penelitian adalah suatu cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, atau dibuktikan dengan cara pengambilan data primer dan jenis penelitian dengan menggunakan data Kuantitatif. Desain penelitian menggunakan quasi eksperimental bersifat deskriptif analitik dengan rancangan one group pre test and post test design. kemudian data dianalisis dengan uji T-test untuk melihat Pemberian Jamu Temulawak terhadap remaja putri.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *quasy experiment* bersifat deskriptif analitik dengan rancangan *one group pre test and post test design*. Design one group yaitu Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan pre test (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum dilakukan intervensi, setelah diberikan intervensi kemudian dilakukan post test pada hari ke 4 (pengamatan akhir). Desain ini digunakan dengan tujuan yang hendak di capai yaitu ingin mengetahui Pemberian Jamu Temulawak terhadap nyeri haid pada remaja di Rw 001 Kel Lubang Buaya. Jamu Temulawak diminum saat haid hari ke 1, hari ke 2 dan ke 3. Minum secara teratur 1 kali (100ml) dalam sehari. Sebelum makan pada pagi hari.

Penilaian efektifitas dari penggunaan jamu digunakan dengan 2 pengukuran skala nyeri yaitu Verbal Descriptor Scale (VDS) dan *Numerical Rating Scale (NRS)*. *Verbal Descriptor Scale (VDS)* adalah garis yang terdiri dari tiga sampai lima kata pendeskripsi yang telah disusun dengan jarak yang sama sepanjang garis. Ukuran skala ini diurutkan dari “tidak terasa nyeri” sampai “nyeri tidak tertahan”. Sedangkan *Numerical Rating Scale (NRS)* merupakan skala yang digunakan untuk pengukuran nyeri padadewasa. Skala ini paling efektif digunakan saat mengkaji intensitas nyeri sebelum dan setelah intervensi terapeutik (Smeltzer, SC bare B.G dalam Restiyani, 2017).

Bagan 1 Desain Penelitian

<i>Pre Test</i>	Perlakuan	<i>Post-Test</i>
O1	X	O2

Keterangan :

O1 : Tes awal (Pre-test) Dilakukan sebelum diberikan perlakuan

X : Perlakuan (Treatment)

O2 : Tes akhir (Post-test) Dilakukan setelah diberikan perlakuan

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

1. Karakteristik Remaja Putri

Tabel 1
Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase	Total (%)
1. Usia			
➤ 10-12	8	22,9%	
➤ 13-14	9	25,7%	
➤ 15-17	10	28,6%	
➤ 18-19	8	22,9%	100%
2. Lama Durasi Menstruasi			
➤ 1 Hari	8	22,9%	
➤ 2 Hari	8	22,9%	
➤ 3 Hari	18	51,4%	100%
➤ > 3 Hari	1	2,9%	
3. Pengobatan Dilakukan			
➤ Dibiarkan	18	51,4%	
➤ Obat	15	42,9%	
➤ Kompres	1	2,9%	100%
➤ Minum Jamu	1	2,9%	

Berdasarkan tabel diatas diketahui mayoritas umur responden 15-17 tahun sebanyak 10 orang (28,6 %), lama durasi nyeri mayoritas 3 hari sebanyak 18 orang (51,4 %) dan mayoritas responden dibiarkan selama nyeri haid sebanyak 18 orang (51,4 %).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Sebelum Meminum Jamu Temulawak

Derajat Nyeri	F	%
Tidak Nyeri	6	17,1%
Nyeri Ringan	6	17,1%
Nyeri Sedang	7	20,0%
Nyeri Berat	15	42,9%
Nyeri Berat Sekali	1	2,9%
Total	35	100%

Numerical Rating Scale (NRS) 2017

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mayoritas responden mengalami nyeri menstruasi berat sebanyak 15 orang (42,9%) dan minoritas responden tidak nyeri sebanyak 6 orang (17,1 %), mengalami nyeri ringan sebanyak 6 orang (17,1 %), nyeri sedang sebanyak 7 orang (20,0 %) dan mengalami nyeri berat sekali sebanyak 1 orang (2,9%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Sesudah Meminum Jamu Temulawak

Derajat Nyeri	F	%
Tidak Nyeri	6	17,1%
Nyeri Ringan	8	22,9%
Nyeri Sedang	12	34,3%
Nyeri Berat	8	22,9%
Nyeri Berat Sekali	1	2,9%
Total	35	100%

Numerical Rating Scale (NRS) 2017

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi menurut derajat nyeri menstruasi setelah diberikan jamu temulawak responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 12 orang (34,3%), responden yang tidak nyeri sebanyak 6 orang (17,1%), yang mengalami nyeri ringan sebanyak 8 orang (22,9%), yang mengalami nyeri berat sebanyak 8 orang (22,9%), dan yang mengalami nyeri berat sekali sebanyak 1 orang (2,9%).

Analisa Bivariat

Dari hasil Analisa bivariat dilakukan untuk melihat penurunan nyeri haid pada remaja putri sebelum dan sesudah intervensi. Analisa nyeri haid sebelum dan sesudah intervensi dilakukan dengan menggunakan uji T- Dependen. Hasil analisa dapat dilihat pada tabel 5.4.

Tabel 1
Distribusi hasil sebelum dan sesudah di berikan intervensi

No	Nyeri Mentruasi	N	Mean	Std Deviation	P-Value
1.	Sebelum Diberikan Jamu	35	19.97	2.737	
2.	Sesudah Diberikan Jamu	35	17.97	2.737	0,001

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan sebelum diberikan jamu temulawak mean nya 19.97 dan sesudah menjadi 17.97. Sedangkan standar deviation terjadi peningkatan sebelumnya 1,790 meningkat menjadi 2,737. Dengan hasil P-Value sebesar $0,001 < \alpha 0.05$

maka artinya terdapat perbedaan yang signifikan atau pengaruh antara sebelum dan sesudah pemberian jamu temulawak.

PEMBAHASAN

Pembahasan Hasil Penelitian

Dismenorea adalah nyeri pada daerah perut sewaktu haid yang disebabkan kontraksi otot uterus kuat pada hari pertama atau sebelum menstruasi. Gejala yang kompleks berupa kram perut bagian bawah yang menjalar ke punggung. Dismenorrhea dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu dismenorrhea primer dan dismenorrhea sekunder.⁴

Hasil Penelitian berdasarkan usia responden usia adalah terbanyak adalah 15-17 tahun 28,6%, usia remaja awal adalah 10-12 tahun 22,9%, usia remaja pertengahan adalah 13-14 tahun 25,7%, Remaja akhir 18-19 tahun 22,9%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin muda usia lebih berisiko mengalami disminore primer dikarenakan baru mengalami menstruasi jadi leher rahim masih sempit dibandingkan dengan usia tua. Hal ini sesuai dengan teori bahwa perempuan semakin tua, lebih sering mengalami menstruasi maka leher rahim bertambah lebar, sehingga pada usia tua kejadian disminore jarang terjadi.⁴

Dari hasil penelitian didapatkan kapan nyeri haid terjadi saat menstruasi, pada remaja putri berjumlah 35 remaja putri dan yang mengalami nyeri hari 1 sebanyak 8 orang 22,9 %, yang mengalami nyeri haid selama 2 hari sebanyak 8 orang 22,9%, yang mengalami nyeri haid selama 3 hari sebanyak 18 orang (51,4%), dan yang mengalami lebih dari 3 hari sebanyak 1 orang 2,9%. Dari hasil ini dijelaskan bahwa disminore primer sering terjadi pada saat menstruasi yaitu pada hari 1 sampai ke 3. Hal ini sesuai dengan teori bahwa dismenorea primer terjadi saat haid pertama dan meningkat dihari kedua dan ketiga karena pada hari 1-3 prostaglandin yang dikeluarkan semakin banyak produksi prostaglandin yang berlebihan, maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus-menerus juga menyebabkan suplai darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah disminore primer.⁴

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa keluhan disminore yang terbanyak ialah di biarkan 18 orang 51,4% dan minum obat anti nyeri sebanyak 15 orang 42,9%, tak hanya itu yang meminum jamu tradisional hanya 1 orang 2,9%. Biasanya dialami sebesar 30-70% remaja putri, meskipun keluhan nyeri haid umum terjadi pada wanita, sebagian besar wanita yang mengalami nyeri haid jarang pergi

ke dokter dan tanpa di obati, ada yang membiarkan saja karena dianggap nyeri dismenorea adalah hal yang wajar hanya saja mereka akan beristirahat dan meninggalkan aktivitas biasanya, mereka mengobati nyeri tersebut dengan obat-obat bebas tanpa resep dokter.

mengobati nyeri haidnya dengan obat anti nyeri yang dijual bebas. Hal ini sangat berisiko, karena efek samping dari obat-obatan tersebut bermacam-macam jika digunakan secara bebas dan berulang tanpa pengawasan dokter. Hal ini sesuai teori karena remaja kurang memiliki pengetahuan tentang dismenore sehingga sebagian besar mereka tidak menangani nyeri yang dialami. Oleh sebab itu para remaja sebaiknya memperluas pengetahuannya tentang dismenore sehingga mereka tahu apa yang harus dilakukan untuk mengurangi nyeri saat haid.²³

Dari uraian diatas peneliti berpendapat bahwa faktor resiko dari dismenore primer pada remaja putri di Rw001 Kel Lubang Buaya adalah usia, usia menarche dan lama menstruasi. Faktor resiko yang mempengaruhi terjadinya dismenore primer hal ini sesuai dengan teori nyeri haid muncul akibat kontraksi disritmik miometrium yang menampilkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri yang ringan sampai berat di perut bagian bawah, bokong dan nyeri spasmodik di sisi medial paha.³

Skala Nyeri NRS Sebelum diberikan Jamu Temulawak

Berdasarkan hasil penelitian skala nyeri sebelum pemberian terapi dengan menggunakan pengukuran skala nyeri Numerical Rating Scale (NRS) pada remaja putri di Rw001 Kel Lubang Buaya dapat diketahui tanda objektif dari responden sebelum diberikan jamu temulawak dengan nyeri terbanyak dengan menggunakan kuesoner di hitung dengan skala nyeri NRS didapati nyeri terbanyak adalah nyeri berat sebanyak 15 orang 42,9% kram berat sekali pada perut bagian bawah, lemas, tidak kuat aktivitas, tidak nyeri 6 orang 17,1%, nyeri ringan 6 orang 17,1%, nyeri sedang 7 orang 20,0%, dan nyeri berat sekali 1 orang 2,9%. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa nyeri yang dirasakan responden termasuk dalam nyeri berat, Hal ini sesuai dengan teori pada nyeri haid muncul akibat kontraksi disritmik miometrium yang menampilkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri yang ringan sampai berat di perut bagian bawah, bokong dan nyeri spasmodik di sisi medial paha.³

Skala Nyeri NRS Sesudah diberikan Jamu Temulawak

Setelah diberikan jamu temulawak mayoritas remaja putri mengalami penurunan nyeri berat menjadi ringan dan sedang, bahkan tidak mengalami nyeri ada dengan mayoritas mengalami nyeri sedang sebanyak 12 orang (34,3%) nyeri ringan 8 orang (22,9%) dan tidak mengalami nyeri 6 orang (17,1%). Menurunnya nyeri menstruasi yang dialami oleh remaja putri di Rw001 Kel Lubang Buaya. Selesai karena pengaruh pemberian jamu temulawak. Jamu temulawak sangat bermanfaat bagi remaja putri yang mengalami nyeri menstruasi karena terdapat kandungan anti inflamasi di temulawak yang dapat mengurangi tingkat nyeri pada

remaja putri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yessy Ariescha 2020 (bahwa sebelum minum jamu temulawak menunjukkan bahwa responden yang mengalami nyeri disminorea sedang dan ringan sebanyak 20 orang. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji T dependent diperoleh hasil ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap penurunan nyeri haid.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa dilakukan penelitian dari Fazdria mengatakan bahwa vitamin E dapat mengurangi keparahan dan durasi periode sakit serta kehilangan darah menstruasi yang cukup banyak. Sedangkan kandungan kimia pada rimpang temulawak yang berasal dari fraksi kurkuminoid mengandung kurkumin yang mempunyai aktivitas antiradang (antiinflamasi) dan desmetoksikurkumin.²⁴

Hal yang sama dilakukan penelitian oleh Siti Saedah tentang efektifitas pemberian jahe terhadap disminorea pada remaja di SMP Negeri 4 padang memperoleh hasil bahwa ada pengaruh jahe terhadap penurunan dismenorea pada remaja putri. Penelitian lainnya oleh Arnot Zhek (2016) di Australia bahkan setelah diberikan kunyit asam (*Curcuma Zingiberacea*) nyeri menstruasi berkurang dari 65% menjadi 25%.⁴

Menurut asumsi peneliti, remaja putri yang mengalami nyeri disminorea primer dengan derajat nyeri ringan dan sedang tidak perlu mengkonsumsi obat-obatan farmakologi karena mengkonsumsi tanaman tradisional dapat mengurangi nyeri menstruasi bahkan tanpa efek samping hal ini bisa terlihat dari beberapa hasil penelitian yang sudah dilakukan bahwa untuk mengurangi nyeri dismenore bisa diberikan terapi non farmakologis penggunaan jamu temuawak dimana kandungannya terdapat curcuma yang mempunyai aktivitas antiradang (antiinflamasi) dan desmetoksikurkumin

Intervensi Sebelum Dan Sesudah Pemberian Jamu Temulawak

Berdasarkan hasil perbedaan skala nyeri sesudah diberikan jamu temulawak dengan menggunakan uji Test Dependent didapatkan nilai p Value sebesar 0,0001 ($< 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap perubahan skala nyeri pada remaja putri di Kel Lubang Buaya.

Berdasarkan analisa diketahui bahwa rata-rata penurunan skala nyeri sebelum diberikan 17,97% dan penurunan skala nyeri sesudah diberikan 19,46 %. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian jamu temulawak mempunyai kontribusi lebih besar dalam menurunkan skala nyeri daripada tanpa pemberian jamu temulawak. Hasil perbedaan skala nyeri sesudah diberikan jamu temulawak dengan menggunakan Uji Test Dependent didapatkan nilai pValue sebesar 0,001 ($< 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh

terapi jamu temulawak dengan yang tidak diberikan jamu temulawak terhadap perubahan skala nyeri pada remaja putri di Rw001 Kel Lubang Buaya.

Hal sesuai dengan teori bahwa penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nasution menunjukkan adanya pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap penurunan nyeri menstruasi. Jamu temulawak adalah alternatif intervensi dalam menurunkan tingkat nyeri menstruasi. Temulawak mengandung senyawa kimia yang mempunyai keaktifan fisiologi, yaitu kurkuminoid dan minyak atsiri serta memiliki kandungan fitokimia yaitu alkaloid. Senyawa alkaloid yaitu morfin berfungsi sebagai analgesik sehingga nyeri yang dirasakan pada saat menstruasi dapat berkurang dengan mengkonsumsi jamu temulawak. *Curcuma Zanthorrhiza* juga dimanfaatkan sebagai bahan pewarna alami pada makanan dan bahan pembuatan jamu tradisional. Kandungan kurkuminnya juga dikenal sebagai anti-tumor, antioksidan dan pereda nyeri.²⁵

Kandungan kurkuminnya bekerja mengurangi aliran masuk ion kalsium pada sel epitel rahim dan mengurangi produksi prostaglandin yang merupakan hormon menciptakan rasa sakit. Manfaat ini diperkuat dengan adanya reaksi alkaloid yang mampu memengaruhi sistem saraf otonom dan otak. Selanjutnya, otak akan mengirimkan perintah ke tubuh untuk meredakan kontraksi yang terjadi pada rahim.⁴

Penelitian ini menyimpulkan jamu temulawak dapat menurunkan tingkat nyeri menstruasi karena temulawak mengandung kurkuminoid terdiri dari kurkumin dan desmetoksikurkumin yang mampu menghilangkan nyeri sehingga dapat mengurangi nyeri menstruasi. Jamu temulawak sebagai alternatif yang lebih aman.

KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri yang mengalami nyeri haid di Rw001 Kel Lubang Buaya tahun 2022 disimpulkan bahwa remaja putri yang mengalami nyeri haid dengan usia 15 tahun sampai dengan 17 tahun 28,6%.
2. Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri yang mengalami nyeri haid di Rw001 Kel Lubang Buaya tahun 2022 disimpulkan bahwa remaja putri yang mengalami durasi nyeri haid selama 3 hari 18 orang 51,4%.
3. Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri yang mengalami nyeri haid di Rw001 Kel Lubang Buaya tahun 2022 disimpulkan bahwa pengobatan selama nyeri haid yang di biarkan sebanyak 18 orang 51,4% dan yang minum obat anti nyeri sebanyak 15 orang 42,9%.
4. Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri yang mengalami nyeri haid di Rw001

Kel Lubang Buaya tahun 2022 sebelum diberikan jamu temulawak paling dominan mengalami nyeri haid tingkat berat dengan sebanyak 15 orang 42,9%.

5. Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri yang mengalami nyeri haid di Rw001 Kel Lubang Buaya tahun 2022 sesudah diberikan jamu temulawak paling dominan mengalami nyeri haid tingkat sedang 12 orang 34,4%.

SARAN

1. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan sebagai manajemen non farmakologis, yang dalam hal ini menggunakan Pemberian Jamu Temulawak sebagai minuman untuk menurunkan nyeri haid pada remaja perempuan di RW 001 Kel Lubang Buaya.

2. Bagi Institusi

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, ilmu kebidanan khususnya kebidanan maternitas dapat terus mengaplikasikan manajemen non farmakologis dalam memberikan asuhan kebidanan bagi remaja perempuan. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh pemberian jamu temulawak terhadap Nyeri haid pada remaja di RW001 kel lubang buaya Jakarta Timur Tahun 2022

3. Bagi Remaja

Bagi remaja perempuan Remaja perempuan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuannya tentang penyebab dismenorea primer agar dapat menanganinya dengan menggunakan cara non farmakologis yaitu meminum Jamu Temulawak

DAFTAR REFERENSI

WHO. WORLD HEALTH STATISTICS [Internet]. Laxembourg; 2015 [cited 2022 Apr 18]. Available from: <https://www.who.int/docs/default-source/gho-documents/world-health-statistic-reports/world-health-statistics-2015.pdf>

Kementrian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif. Jamu temulawak. 2012;1–6.

Lestari, Sri Dewi NM. Pengaruh Dismenorea Pada Remaja. Seminar Nasional [Internet]. 2013;323–9. Available from: ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/download

Manalu BA, Siagian AN, Ariescha YAP, Yanti DM, Melinda N. Pengaruh Pemberian Jamu Temulawak (Curcuma Zanthorrhiza) terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) pada Remaja Putri. 2020;2(2).

- Evias R. Terapi Herbal Temulawak. *Balai Tanaman Obat Dan Aroma Terapi*. 2006;1(1):10–36.
- Rangani N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Akhir Mahasiswa Keperawatan Universitas Esa Unggul. *Repository Universitas Esa Unggul* [Internet]. 2020;1–6. Available from: http://library.oum.edu.my/repository/725/2/Chapter_1.pdf
- Kementerian Kesehatan RI. *Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf*. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. 2017. p. 1–8.
- Putri NKY. Studi Literature Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. 2020;5–18. Available from: <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/5106>
9. Dwimawati E, Anisa N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMK YAK 1 Bogor Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Provinsi Jawa Barat Tahun 2018. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* [Internet]. 2018;1(2):80–6. Available from: <http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/PROMOTOR/article/view/1593>
- Jurumanna RCF. *Gambaran Penggunaan Jamu Rebusan Kunyit Asam Pada Masyarakat Di Desa Dasa Elu, Kabupaten Sumba Tengah*. Skripsi, Universitas Sanata Dharma , Yogyakarta. 2021;
- Nur UB. Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam terhadap Perubahan Skala Nyeri pada Siswi Kelas VIII dengan Dismenore Primer di MTsN 6 Madiun. *Journal of Chemical Information and Modeling*. 2018;53(9):1689–99.
- Kistriyono M, Hanum FD, Alfu L, Indriani H. Penguatan pengetahuan remaja putri untuk melakukan penanganan dismenorea dengan konsumsi Temulawak. 2021;13(2):20–30.
- Baiti, Nur U. Pengaruh Pemberian Minum Kunyit Asam Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Siswa Kelas VII Dengan Dismenore Primer Di MTsN 6 Madiun.
- Marlinda R. Pengaruh senam Disminore. *Jurnal Keperawatan Maternitas*. 2013;1(2):118–23.
- Hasanah SN, Widowati L. Jamu Pada Pasien Tumor/Kanker sebagai Terapi Komplementer. Hasanah, Nur, Siti Widowati, Lucie. 2016;6(1):49–59.
- Beers S-J. *Jamu: The ancient Indonesian art of herbal healing*. 2001. p. 192.
- Darfinasari, Kurnia L. Perbedaan Pemberian Ekstra Temulawak, Kunyit Dan Lengkuas Terhadap Bobot Badan Ayam Super. 2018;
- Sukini. *Jamu Gendong Solusi Sehat Tanpa Obat* [Internet]. [cited 2022 Feb 19]. Available from: <https://id1lib.org/book/16644186/334635?dsource=recommend>
- Sugiyono PD. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. 2013. 190 p.
- Yusup F. Uji Validitas dan Reliabilitas. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*. 2018;7(1):17–23.

Sobur Setiawan, Skep, NS, MM (K3L). 2020;

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Anggita T, Nauri, Masturoh, Imah.

Lestari H, Metusala J, Suryanto DY. Gambaran Dismenorea pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama di Manado. *Sari Pediatri*. 2016;12(2):99.

Keumalahayati K, Khaira N, Fazdria F. Pengaruh Pemberian Ramuan Jahe dan Temulawak terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dysmenorea). *Jkep*. 2018;3(1):57–68.

Nasution SS, Yessa DA. Efektivitas Pemberian Temulawak Terhadap Dismenore Pada Remaja Di SMP Negeri 4 Tanjung Pura. *Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM)*. 2018;1(1):24–31.

HALAMAN INI DIKOSONGKAN