

## PEMBERIAN REBUSAN KUNYIT ASAM UNTUK MENGURANGI NYERI PADA KLIEN DISMINORE DI KELUARGA

Afriliyani<sup>1</sup> Chandra Hadi Prasetya<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

<sup>2</sup>Dosen Prodi DIII Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

### ABSTRAK

Menstruasi adalah proses pengeluaran gumpalan darah dari lapisan dari lapisan luar rahim karena adanya proses somatopsikis yang bersifat kompleks meliputi unsur-unsur hormonal, biokimiawi dan psikososial yang terjadi pada setiap bulan, siklus haid ini menyebabkan timbulnya rasa sakit atau nyeri di daerah abdomen yang disebut disminore. Pada penelitian ini diterapkan pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri disminore di keluarga, diharapkan setelah diberikan rebusan kunyit asam ini klien tidak mengalami nyeri pada saat menstruasi. Hasil penelitian didapatkan dua responden dengan keluhan yang sama yaitu nyeri disminore saat menstruasi dari penelitian tersebut didapatkan hasil yang berbeda pada klien pertama setelah diberikan tindakan rebusan kunyit asam mengalami penurunan pada skala nyerinya yang awalnya 8 menjadi 6 sedangkan pada klien kedua setelah diberikan tindakan hasil nyeri yang awalnya 6 masih bertahan di skala 6. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian rebusan kunyit asam dapat mengurangi nyeri pada klien pertama dan tidak pada klien kedua, dengan demikian rebusan kunyit asam efektif untuk mengurangi nyeri disminore.

Kata kunci : rebusan kunyit asam, nyeri disminore, keluarga

### ABSTRACT

*Menstruation is the process of removal of removal of blood clots from the outer layer of the uterus due to the complex somatopsikis process includes hormonal, biochemical and psychosocial elements that occur every month, this menstrual cycle can cause pain or pain in the abdominal area called dysmenorrhea. In this study applied the administration of sour turmeric decoction to reduce disminore pain in the family. It is expected that after being given this turmeric acid decoction the client does not experience pain during menstruation. The results of the study found two respondents with the same complaint namely disminore pain during menstruation, from the study obtained different results on the first client after being given the action of giving turmeric acid decoction decreased on the pain scale which was initially 8 to 6, while in the second client after being given the action the results of pain that initially scale 6 still persisted on scale 6. And the study concluded that administration of sour turmeric stew can reduce pain in the first client and and not reduce pain in the second client. Thus decoction of tamarind acid is effective to reduce the pain of dysmenorrhea.*

*Keywords : sour turmeric stew, disminore pain, family*

### PENDAHULUAN

Keluarga adalah bagian dari masyarakat yang peranannya sangat penting untuk membentuk kebudayaan yang sehat, dari keluarga inilah pendidikan akan tercipta tatanan masyarakat yang baik. Di keluarga seseorang dibesarkan, bertempat tinggal, berinteraksi satu dengan yang lain, dibentuknya pola pemikiran, dan kebiasaannya sebagai hubungan sosialisasi

anak dan lingkungannya. Didalam keluarga terdapat peran dan tugas antara masing-masing anggota keluarga.

Menurut Bussard dan Ball (1966) dalam Setiadi (2008), keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat hubungannya dengan seseorang. Adanya hubungan yang kuat antara keluarga dan status kesehatan setiap anggota keluarga sangat memerlukan peran keluarga pada

saat menghadapi masalah yang terjadi pada keluarga. Keluarga dijadikan sebagai unit pelayanan karena masalah kesehatan keluarga saling berkaitan dan saling mempengaruhi antara satu keluarga dengan keluarga yang lain.

Karakteristik keluarga yang sehat, yaitu bila anggota keluarganya saling berinteraksi satu dengan yang lainnya. Anggota keluarga yang terlibat dalam peran masing-masing secara fleksibel, anggota keluarga selalu termotivasi untuk saling berkomunikasi dengan anggota keluarga yang lainnya juga dengan masyarakat sekitar. Pada setiap anggota keluarga pasti terdapat berbagai masalah-masalah yang dapat mempengaruhi anggota keluarga yang lain. Masalah dalam keluarga yang sering terjadi adalah masalah gangguan menstruasi atau yang disebut dengan nyeri Desminore yang sering terjadi pada usia remaja. (Andira, 2012)

Remaja sebagai generasi penerus merupakan aset dari bangsa, salah satunya yang berkaitan dalam bidang kesehatan, ketika seseorang sudah memasuki usia remaja, pasti akan muncul berbagai permasalahan yang kompleks. Untuk itu diperlukan pengenalan yang baik tentang masa remaja dan berbagai masalah yang kemungkinan terjadi. Remaja adalah tahap umur yang datang setelah masa kanak-kanak berakhir, ditandai oleh perubahan fisik yang cepat (Indriyani, 2014).

Ketika seseorang memasuki usia remaja, akan muncul berbagai permasalahan yang kompleks, untuk itu diperlukan pengenalan yang baik tentang masa remaja dan berbagai masalah kesehatan yang kemungkinan terjadi seperti masalah atau gangguan menstruasi.

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada perempuan, menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya remaja yang mengalami menarche pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari (Kusmiran, 2013).

Secara umum wanita yang sedang menstruasi pasti mengalami nyeri pada bagian perut yang disebut dengan disminore. Disminore adalah keluhan yang sering dialami perempuan pada perut bagian bawah. Pada kasus ini berbagai gangguan menstruasi mungkin bagi beberapa wanita menjadi hal yang biasa saja, namun bagi sebagian wanita tidak demikian adanya. Tidak jarang wanita mengalami sakit perut yang tidak tertahankan sampai pingsan dihari awal menstruasi, pada masa ini wanita menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung, marah dan berbagai gangguan psikologis lainnya. Pada kasus ini, angka kejadian nyeri Disminore atau nyeri menstruasi didunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% wanita disetiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka prosentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi, nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita berusia produktif (Proverawati, 2009).

Para wanita yang terbiasa mengalami nyeri menstruasi pada umumnya sudah ada yang mengetahui tindakan awal ketika nyeri menstruasi datang, bahkan tidak jarang para wanita ini mengobati nyeri nya

dengan menggunakan tanaman-tanaman herbal seperti minum rebusan kunyit asam sebagai jamu atau minuman herbal yang dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri saat haid atau menstruasi. Minuman kunyit asam memiliki khasiat sebagai analgetika dan antiinflamasi, agen aktif dalam kunyit asam yang berfungsi sebagai sebagai antiinflamasi dan antipiretika adalah curcumine, sedangkan sebagai analgetika adalah curcumenol. Buah asam jawa juga memiliki kandungan tanins, saponins, sesquiterpenes, alkaloid, dan phlobotamins untuk mengurangi aktivitas sistem syaraf. Kandungan curcumine pada kunyit dan anthocyanin pada asam jawa akan menghambat proses inflamasi yang berperan sebagai inhibitor enzim siklooksigenase.

Kunyit mempunyai khasiat sebagai jamu dan obat tradisional untuk berbagai jenis penyakit, senyawa yang terkandung didalam kunyit mempunyai peranan sebagai antioksidan, antitumor, antikanker, antimikroba, antipikun, dan anti racun. secara alamiah kandungan senyawa fenolik pada kunyit dipercaya dapat digunakan sebagai antioksidan, analgetika, antimikroba, anti-inflamasi, dan dapat membersihkan darah. Senyawa aktif yang terkandung pada kunyit yaitu curcumine. Secara lebih spesifik kandungan curcumine dapat menghambat terjadinya reaksi cyclooxygenase sehingga dapat menghambat dan mengurangi terjadinya inflamasi dan akan mengurangi serta menghambat kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri haid. Selain kunyit yang digunakan sebagai obat alternatif non-farmologis untuk mengatasi nyeri haid, sekarang terdapat berbagai varian minuman untuk mengatasi nyeri haid seperti minuman kunyit asam yang dibuat

menjadi bubuk untuk memudahkan para wanita agar tidak kesulitan dalam membuat rebusan kunyit asam. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberi ekstrak kunyit asam sebagian besar responden mengalami nyeri sedan yaitu 14 responden (53,8%), sedangkan setelah diberikan ekstrak kunyit asam sebagian responden tidak mengalami nyeri 19 responden (73,1%). Bagi wanita yang mengalami nyeri pada saat menstruasi disarankan untuk minum ekstrak kunyit asam bertujuan untuk menurunkan dan mencegah nyeri haid.

## **METODE**

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian ini adalah dua orang responden dengan dismenore. Pada penelitian ini diterapkan pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri dismenore di keluarga, diharapkan setelah diberikan rebusan kunyit asam ini klien tidak mengalami nyeri pada saat menstruasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan di Jalan Sugriwo Baru RT 07 RW 03 Kelurahan Krapyak Semarang Barat. Krapyak merupakan sebuah kelurahan yang berada di Semarang barat, kota Semarang, provinsi Jawa Tengah, yang memiliki luas 1,19 km<sup>2</sup>. Salah satu daerah yang berada di Krapyak yaitu Jalan Sugriwo Baru daerah padat penduduk yang terdiri dari 90 kepala keluarga yang jumlah penduduknya kurang lebih terdiri dari 300 orang.

Pengkajian pasien I dilakukan pada tanggal 4 januari 2019 di Jalan Sugriwo Baru RT 07 RW 03 Kelurahan Krapyak Semarang Barat Jawa Tengah. Saat dilakukan observasi langsung, didapatkan data identitas umum Nn. I adalah seorang

remaja yang berumur 17 tahun, jenis kelamin perempuan, beragama Islam, suku bangsa Jawa, pendidikan SMA, dan berstatus sebagai seorang pelajar, status perkawinan belum menikah. Pada tanggal 10 Januari 2018 Nn. I mengalami menstruasi disertai dengan nyeri dismimorea. Nn. I mengatakan saat mengalami nyeri dismimorea rasanya seperti diremas-remas pada bagian perutnya, skala nyerinya 8, nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam nyeri hilang timbul. Pada pengkajian saat dilakukan pemeriksaan fisik didapatkan data pemeriksaan tanda-tanda vital, tekanan darah 110 / 70 mmHg, nadi 80 x/menit, respirasi 20x/menit, suhu 36,8° C, wajah, TB 160 cm, BB 45 kg, wajah terlihat meringis kesakitan dan nampak memegang perutnya. Pada pengkajian riwayat kesehatan keluarga Tn. T mengatakan dalam anggota keluarganya tidak ada yang mempunyai riwayat penyakit keturunan seperti Hipertensi, Diabetes Mellitus, dan penyakit menular lainnya seperti HIV/ AIDS, TBC. Pada saat dilakukan pengkajian peneliti mengalami kesalahan memprediksi tanggal menstruasi, pemberian rebusan kunyit asam yang seharusnya diberikan pada saat 3 hari sebelum dan 3 hari saat menjadi 3 hari lebih maju dari perkiraan menstruasi. Pada pengkajian klien II dilakukan pada tanggal 9 Januari 2019, di Jalan Sugriwo Baru RT 07 RW 03 Kelurahan Krapyak Semarang Barat. Dengan melakukan observasi langsung dan didapatkan data umum klien dengan nama Nn. A seorang remaja yang berusia 19 tahun, jenis kelamin perempuan, beragama Islam, suku bangsa Jawa, pendidikan Mahasiswa dan status sebagai seorang pelajar, status perkawinan belum menikah. Pada tanggal

16 Januari 2019 klien mengalami menstruasi yang disertai dengan nyeri/dismimorea dan rasanya seperti diremas-remas pada bagian perutnya, skala 6 kurang lebih berlangsung selama 1 jam dan nyeri yang dirasakan hilang timbul, pada pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan hasil TD 110/80 mmHg, nadi 82 x/menit, suhu 36,8° C respirasi 20 x/menit TB 160 cm BB 56 kg, wajah terlihat meringis kesakitan dan memegang perutnya. Keluarga Tn. W mengatakan riwayat kesehatan dalam anggota keluarganya tidak ada yang mempunyai penyakit keturunan seperti Hipertensi, Diabetes Mellitus dan penyakit menular lainnya seperti HIV/AIDS, TBC. Pada saat dilakukan pengkajian peneliti mengalami kesalahan memprediksi tanggal menstruasi, pemberian rebusan kunyit asam yang seharusnya diberikan pada saat 3 hari sebelum dan 3 hari saat menjadi 4 hari lebih maju dari perkiraan menstruasi. Keluhan utama pada Nn. I mengatakan nyeri pada abdomen rasanya seperti diremas-remas skala nyeri 8 nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam dan nyeri yang dirasakan hilang timbul. Sedangkan keluhan utama pada Nn. A mengatakan nyeri pada abdomen seperti diremas-remas skala nyeri 6 dan nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam dan nyeri yang dirasakan hilang timbul. Dari hasil pengkajian pada klien I data subjektif : Nn. I mengatakan nyeri saat menstruasi pada bagian perut seperti diremas-remas nyeri yang dirasakan skala 8 dan nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam nyeri hilang timbul. Data Objektif : Nn. I tampak meringis kesakitan, wajah mengkerut dan memegang perutnya, Nn. I nampak menahan kesakitan, skala 8, tanda-tanda vital: tekanan darah 110/70

mmHg, respirasi 20x/menit, suhu 36,4° C dan nadi 80 x/menit.

Pada klien II dari hasil pengkajian didapatkan data subjektif : Nn. A mengatakan nyeri saat menstruasi pada bagian abdomen seperti diremas-remas, skala nyeri 6 nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam dan nyeri yang dirasakan hilang timbul. Data objektif : Nn. A terlihat meringis kesakitan, wajah mengerut dan nampak memegang perutnya, Nn. A nampak menahan kesakitan, skala 6, tanda-tanda vital : tekanan darah 110/80 mmHg, nadi : 82 x/menit, suhu 36,8° C, respirasi 20 x/menit. Berdasarkan data subjektif dan data objektif pada pasien Nn. I dan Nn. A tersebut maka dapat ditegakkan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga mengenal masalah penyakit disminorea. Intervensi yang dapat dirumuskan untuk mengatasi nyerinya yaitu Intervensi NIC : pemberian analgesik : menggunakan agens farmakologi untuk mengurangi nyeri atau menghilangkan nyeri, manajemen medikasi : memfasilitasi penggunaan obat resep atau obat bebas secara aman dan efektif, manajemen nyeri : meringankan atau mengurangi nyeri sampai pada tingkat kenyamanan yang dapat diterima oleh pasien. Dalam NIC saya menekankan mengontrol nyeri pada pasien disminorea dengan menggunakan terapi nonfarmakologi seperti mengkonsumsi obat herbal seperti rebusan kunyit asam.

Tindakan yang dilakukan pada Nn. I dan Nn. A selama 3 hari sebelum dan 3 hari saat menstruasi, yang pertama melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif meliputi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, skala, memberikan rebusan kunyit asam, memberikan teknik relaksasi

distraksi dan memberikan kompres air hangat.

Klien I mengatakan nyeri saat menstruasi, skala 8 nyeri pada bagian abdomen dan rasanya seperti diremas-remas nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam dan nyeri yang dirasakan hilang timbul. Sedangkan pada pasien II mengatakan nyeri saat menstruasi, skala nyeri 6, nyeri pada bagian abdomen, nyeri yang dirasakan seperti diremas-remas, nyeri hilang timbul dan berlangsung kurang lebih 1 jam.

Pada saat diberikan minuman rebusan kunyit asam pasien I mengatakan nyeri berkurang awalnya 8 menjadi 6, dan pasien II mengatakan tidak ada perubahan pada nyerinya atau nyeri masih bertahan di skala 6. Monitor tanda-tanda vital, menganjurkan pasien untuk membatasi aktivitas, menganjurkan klien untuk meningkatkan istirahatnya.

Evaluasi yang dilakukan penulis pada Nn. I berdasarkan prioritas masalah diagnosa keperawatan utama yaitu nyeri akut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga mengenal masalah penyakit disminorea. Evaluasi dilakukan pada tanggal 12 januari 2019 didapatkan data subjektif : klien mengatakan nyeri pada perutnya sudah berkurang dari skala 8 menjadi skala 6, klien mengatakan sedikit lebih tenang dan sedikit bisa beraktivitas dari yang semula hanya berbaring dikamar tidur. Data objektif : klien terlihat lebih rileks dan nyaman, nyeri pada abdomen berkurang, klien kooperatif, tanda-tanda vital dalam batas normal : tekanan darah 110/ 70 mmHg, suhu 36,7° C, nadi 80 x/menit, respirasi 20 x/menit. Pada penelitian pada klien I ini masalah teratasi sebagian dengan planning lanjutkan intervensi seperti berikan rebusan kunyit

asam, teknik relaksasi napas dalam, dan kompres hangat. Pada penelitian ini peneliti mengalami kesalahan memprediksi tanggal menstruasi, pemberian rebusan kunyit asam yang seharusnya diberikan pada saat 3 hari sebelum menstruasi dan 3 hari saat menstruasi menjadi 3 hari lebih maju dari perkiraan menstruasi.

Evaluasi yang dilakukan penulis pada Nn. A berdasarkan prioritas masalah diagnosa keperawatan utama yaitu nyeri akut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga mengenal masalah penyakit disminorea. Evaluasi dilakukan pada tanggal 18 januari 2019 didapatkan data subjektif : klien mengatakan masih nyeri pada bagian perut saat bergerak, nyeri yang dirasakan hilang timbul, nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam, nyeri seperti diremas-remas, skala yang dirasakan 6. Data objektif : klien nampak menahan kesakitan pada bagian abdomennya, klien nampak meringis kesakitan, klien nampak mengkerutkan wajahnya, klien sedikit tidak kooperatif saat diajak berkomunikasi, tanda tanda vital dalam batas normal : tekanan darah 110/80 mmHg, nadi 82 x/menit, suhu 36,8° C, respirasi 20 x/menit. Penelitian pada klien II ini masalah belum teratasi dengan planning lanjutkan intervensi seperti berikan rebusan kunyit asam, relaksasi napas dalam dan kompres hangat. Pada penelitian ini peneliti mengalami kesalahan memprediksi tanggal menstruasi, pemberian rebusan kunyit asam yang seharusnya diberikan pada saat 3 hari sebelum menstruasi dan 3 hari saat menstruasi menjadi 4 hari lebih maju dari perkiraan menstruasi.

Hasil penelitian yang dilakukan pada kedua klien didapatkan hasil penelitian

pada responden pertama berhasil menurunkan nyerinya dengan minum rebusan kunyit asam pada pagi dan sore hari sebanyak satu gelas skala nyeri berkurang dari skala 8 menjadi 6. Sedangkan hasil penelitian pada responden kedua didapatkan hasil penelitian pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri disminorea ini kurang berhasil, karena pasien tidak patuh saat dilakukan intervensi pemberian rebusan kunyit asam, pasien hanya meminum rebusan kunyit asam pada sore hari dan hanya habis dalam setengah gelas rebusan kunyit asam.

Pada bab ini penulis akan membahas penelitian pada Nn. I dan Nn. A dalam pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri disminorea di keluarga. Penelitian ini dilakukan selama 6 hari yaitu 3 hari sebelum menstruasi dan 3 hari saat menstruasi. Pada penelitian yang dilakukan pada kedua klien Nn. I dan Nn. A ditegaskan diagnosa nyeri akut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang mengalami penyakit disminorea, diagnosa kedua kurang pengetahuan keluarga tentang cara mengatasi penyakit disminorea berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga mengenal masalah disminorea, dan diagnosa ketiga potensial pengembangan hubungan dan komunikasi yang saling menugaskan pada keluarga berhubungan dengan kemampuan keluarga dalam memodifikasi lingkungan.

Dari penelitian tersebut didapatkan data subjektif: klien mengatakan nyeri pada perut, nyeri seperti diremas-remas, nyeri hilang timbul, nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam. Sedangkan data objektif: klien nampak meringis kesakitan dan memegang perutnya.

Disminore adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid/menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit didaerah perut maupun pinggul (Judha, 2012).

Pada penelitian setelah diberikan minuman rebusan kunyit asam tersebut diperoleh bahwa nyeri dapat teratasi pada pasien pertama dan tidak teratasi pada pasien kedua, hal tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Perbandingan skala nyeri skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian rebusan kunyit asam

Klien Nn. I	Skala nyeri		Klien Nn. A	Skala nyeri	
	Sebelum	Sesudah		Sebelum	Sesudah
Hari ke 1	Skala 0	Skala 0	Hari ke 1	Skala 0	Skala 0
Hari ke 2	Skala 0	Skala 0	Hari ke 2	Skala 0	Skala 0
Hari ke 3	Skala 0	Skala 0	Hari ke 3	Skala 0	Skala 0
Hari ke 4	Skala 8	Skala 8	Hari ke 4	Skala 6	Skala 6
Hari ke 5	Skala 8	Skala 6	Hari ke 5	Skala 6	Skala 6
Hari ke 6	Skala 8	Skala 6	Hari ke 6	Skala 6	Skala 6

Berdasarkan tabel diatas pada Nn. I usia 17 tahun pada hari pertama sampai hari keenam sebelum dan sesudah diberikan rebusan kunyit asam dalam skala nyeri yang awalnya 8 menjadi 6, skala nyeri berkurang 2 selama 6 hari. Hal tersebut dikarenakan oleh faktor klien patuh melaksanakan instruksi dari perawat saat dilakukan terapi pemberian rebusan kunyit asam, klien minum rebusan kunyit asam pada pagi dan sore hari sebanyak satu gelas. Sedangkan pada Nn. A usia 19 tahun pada hari pertama dan hari keenam sebelum dan sesudah diberikan rebusan kunyit asam dalam skala yang awalnya 6 masih tetap di skala 6. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor klien tidak patuh melaksanakan instruksi dari perawat saat dilakukan terapi pemberian rebusan kunyit asam, klien hanya minum rebusan kunyit asam pada sore hari saja dan hanya diminum setengah gelas rebusan kunyit asam.

Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Suri (2014) yang berjudul Pengaruh minuman kunyit terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi pada remaja putri kelas 1 di

Pondok Pesantren Nurul Yaqin Pakandangan Kecamatan 6 Lingkung Kabupaten Padang Pariaman tahun 2014 berdasarkan hasil analisa responden nilai rata-rata nyeri menstruasi sebelum dan minum kunyit adalah 2.10 dengan standar deviasi 0,738. Sedangkan distribusi frekuensi nyeri sebelum minum minuman kunyit terdapat separuh dari responden yang mengalami nyeri sedang yaitu (50%) 5 responden kurang dari separuh responden mengalami nyeri ringan (20%) responden dan nyeri berat (30%) 3 responden.

Hasil penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nina Rahmadiliyani (2016) tentang pengaruh pemberian rebusan kunyit asam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri menunjukkan remaja yang mengalami nyeri haid sebelum pemberian kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 32 responden (61,5%), sedangkan intensitas nyeri haid sesudah pemberian kunyit asam di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri menunjukkan remaja yang mengalami

nyeri haid sesudah pemberian kunyit asam didapatkan hasil sebagian besar tidak mengalami nyeri sebanyak 25 responden (48,1%). Dari hasil penelitian tersebut dapat diambil kesimpulan remaja yang mengalami nyeri haid sebelum pemberian kunyit asam sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 32 responden (61,5%).

Kunyit asam merupakan minuman yang sangat berkhasiat untuk mengurangi rasa sakit saat haid atau menghilangkan bau badan. Kandungan umbi kunyit juga mengandung berbagai macam zat kimia yang berperan penting dalam beberapa macam industri. Adapun zat kimia tersebut antara lain meliputi, minyak atsiri (4% - 5%) yang terdiri atas zingiberen, sineol, borneol dan tumeron; glukosa 28%, fruktosa 8%, protein 8%, curcumin dan damar (Achmad, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa minuman kunyit asam dapat mengurangi tingkat nyeri menstruasi atau disminorea pada pasien I Nn. I dan tidak mengurangi nyeri pada pasien II Nn. A, dengan demikian minuman kunyit asam dapat dijadikan sebagai alternatif pengobatan secara nonfarmakologi pada remaja putri untuk mengurangi nyeri menstruasi.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan keluarga yang dilakukan yaitu pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri disminore di keluarga dengan melakukan pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi yang dilakukan selama 6 hari. Dari hasil pengkajian yang didapatkan klien mengatakan nyeri pada daerah abdomennya, nyeri yang dirasakan hilang timbul, dan

nyeri berlangsung selama kurang lebih 1 jam. Kemudian didapatkan masalah keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang menderita penyakit disminore, yang dilakukan untuk mengurangi nyerinya dengan memberikan rebusan kunyit asam yang dikonsumsi pada pagi dan sore hari sebanyak satu gelas selama 6 hari yaitu 3 hari sebelum dan 3 hari saat menstruasi. Evaluasi yang didapat pada klien I selama pemberian rebusan kunyit asam mengalami penurunan pada skala nyerinya yang awalnya 8 menjadi 6 atau masalah teratasi sebagian. Sedangkan pada klien II setelah pemberian rebusan kunyit asam didapatkan hasil skala yang awalnya 6 masih tetap di skala 6 atau masalah belum teratasi. Kesimpulan dalam penelitian kedua klien tersebut pada klien I karena dipengarungi oleh faktor klien patuh terhadap intervensi yang diberikan sedangkan pada klien A tidak patuh terhadap intervensi yang diberikan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Achjar, K. A. (2010). *Asuhan Keperawatan Keluarga*. Jakarta: CV Sagung Seto
- Achmad, S. A. (2009). *Tumbuh-Tumbuhan Obat Indonesia*. Bandung: ITB
- Andira, D. (2012). *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Baziad, M. A. (2008). *Endokrinologi Ginekologi*. Jakarta: Media Aesculapius Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

- Darmadi, H. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Fitrah, M. (2017). *Metodologi penelitian*. Sukabumi: CV Jejak
- Hidayat, A. A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Indriyani, D. (2014). *Buku Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Judha, M. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kusmiran, E. (2013). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Laila, N. N. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta: Buku Biru
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2014). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Padila. (2012). *Buku Ajar keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Proverawati, A. (2009). *Menarche Menstruasi pertama penuh makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rahmadiliyani1, Nina. (2016). *Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Intensitas Nyeri saat haid pada RemajaTingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puter*. Jurkessia, Vol. VII, No. 1, November 2016. Diakses tanggal 30 September 2018 jam 16.10 WIB
- Setiadi. (2007 ). *Konsep & Penulisan* . Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setiadi. (2008). *Konsep& Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Suri, Silvia Intan (2014). *Pengaruh Minuman Kunyit Terhadap Peneurunan Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas 1 Di Pondok Pesantren Nurul Yaqin Pekandangan Kecamatan 6 Lingkung Kabupaten Padang Pariaman*. Jurnal Ilmu Kesehatan, Vol 2, No 1. HYPERLINK "<http://ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/44/135>" <http://ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/44/135> . Diakses Tanggal 30 September 2018 jam 16.05 WIB
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustkabarupres
- Zakiah, A. (2015). *Nyeri Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta: Salemba Medika