

BAB V

PEMBAHASAN

A. Gambaran tingkat nyeri haid sebelum (Pre-Test) diberikan minuman kunyit asam di wilayah Kelurahan Sekaran

Dalam tabel 4.2 dapat dilihat tingkat nyeri responden sebelum (Pre-test) diberikannya minuman kunyit asam dengan kategori tingkat nyeri yaitu Tingkat nyeri ringan sebanyak 11 reponden (68.75%), dan pada tingkat nyeri sedang sebanyak 5 responden (31.25%). Yang artinya responden merasakan nyeri sebelum (Pre-test) diberikan minuman kunyit asam dari skala nyeri ringan hingga nyeri sedang.

Menarche usia dini berkaitan dengan beberapa komplikasi kesehatan termasuk penyakit ginekologi. Remaja putri yang mengalami usia menarche dibawah 12 tahun atau menarche dini memiliki 23% lebih tinggi peluang terjadinya nyeri haid berbeda dengan wanita dengan menarche pada usia 12-14 tahun. Pada penelitiannya (Larasati, 2016) dijelaskan bahwa pada wanita yang mengalami menarche dini lebih lama merasakan kram dan nyeri pada perut karena paparan prostaglandin yang lebih awal.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Larasati, 2016) dijelaskan bahwa normalnya pendarahan saat haid sekitar empat hingga lima hari. Pada penelitian Kural et al. yang berada dalam (Larasati, 2016) disampaikan bahwa 20% dari 100 wanita yang memiliki durasi perdarahan lebih dari 5 sampai 7 hari. Menurut analisis tersebut wanita yang mengalami perdarahan dengan durasi lebih dari 5

sampai 7 hari memiliki 1,9 kali lebih sering menderita nyeri haid. Faktor psikologis dan fisiologis termasuk yang menyebabkan lamanya durasi haid. Tingkat emosional wanita termasuk factor psikologis yang labil ketika sebelum dan selama berlangsungnya haid. Sementara secara fisiologis adalah kontraksi otot uterus yang berlebihan atau dapat dikatakan sangat sensitif terhadap hormon, akibatnya endometrium dalam fase sekresi memproduksi hormon prostaglandin yang lebih tinggi. Semakin panjang durasi haid, maka semakin lama uterus berkontraksi yang mengakibatkan semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan sehingga timbul rasa nyeri saat haid. Gejala psikologis lainnya yaitu seperti kecemasan, gangguan pola tidur dan peningkatan ambang nyeri. Nyeri punggung, sakit kepala, payudara membengkak, perut kembung dan muntah termasuk dalam gejala fisik.

B. Gambaran tingkat nyeri haid responden sesudah (Post-test) diberikan minuman kunyit asam di wilayah Kelurahan Sekaran

Berdasarkan table 4.3 dapat diketahui hasil penelitiann menunjukkan tingkat nyeri responden yang berkurang yaitu sejumlah 4 responden merasakan tidak nyeri (25%), 12 responden merasakan nyeri ringan (75%). Yang artinya responden merasakan nyeri berkurang sesudah (Post-Test) diberikan minuman kunyit asam yaitu pada skala tidak nyeri hingga nyeri ringan.

Penelitian saya ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hamdayani, 2018) yaitu adanya perbedaan nyeri haid sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Dilihat dari tingkat nyeri yang dirasakan semua

mengalami perubahan tingkat nyeri dari nyeri sedang hingga tidak nyeri, walaupun data mean yang dihasilkan dari uji T test yang saya lakukan berada pada angka 1,75 yaitu berada pada tingkat nyeri ringan.

Menurut penelitiannya (Hamdayani, 2018) nyeri dapat berkurang karena telah mengonsumsi minuman kunyit asam selama beberapa hari, karena minuman dari kunyit asam ini memiliki kandungan seperti *curcumin* yang berfungsi sebagai anti inflamasi dan *anthocyanin* sebagai pencegah penyumbatan darah, memperlancar peredaran darah dan anti inflamasi yang dapat menghambat reaksi cyclooxygenase. Sesuai kandungan yang terdapat dalam minuman kunyit asam maka kandungan tersebut dapat menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi. Campuran dari kunyit dan asam memiliki aktifitas antioksidan yang lebih tinggi. Cara menghambatan kontraksi uterus yaitu melalui *curcumine* dengan mengurangi influks kalsium ke dalam kanal kalsium pada sel-sel epitel (Hamdayani, 2018). Selain karena mengonsumsi minuman kunyit asam, nyeri haid dapat berkurang dengan sendirinya, tetapi nyeri tersebut berkurang tidak signifikan.

Dengan begitu terdapat perubahan yang signifikan pada tingkat nyeri haid sebelum dan sesudah diberikannya minuman kunyit asam pada wanita di Kelurahan Sekaran.

C. Perbedaan nyeri sebelum dan sesudah intervensi

Dari hasil intervensi yang sudah dilakukan tingkat nyeri haid sebelum dan sesudah terdapat perbedaan. Hasil perbedaan skala nyeri diukur

menggunakan uji T-Test yang mendapatkan nilai Sig (0.000) yang artinya adanya perbedaan nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit asam, dalam penelitian yang dilakukan oleh (BAITI, 2018) Perbedaan nyeri haid sesudah minuman kunyit asam terjadi karena minuman kunyit asam terdapat *curcumin, anthocyanin, curcumenol, tannis, saponins, sesquiterpenes, alkaloid dan phlobatamins*. Kandungan yang terdapat dalam minuman kunyit asam dapat mengurangi atau menghambat terjadinya nyeri karena mengalami kontraksi uterus. Dengan begitu terdapat perubahan tingkat nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit asam pada wanita di Kelurahan Sekaran.

Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengurangi tingkat nyeri haid yaitu dengan menggunakan minuman kunyit asam. Pengobatan ini tidak membutuhkan banyak biaya dan bahan mudah didapatkan, adapun cara pembuatannya pun juga sangat mudah. Minuman kunyit asam memiliki khasiat analgetika dan anti inflamasi. Agen aktif dalam kunyit yang berfungsi sebagai antiinflamasi dan anti piretik adalah curcumine. Sedangkan curcumenol sebagai analgetik. Agen aktif alami anthocyanin pada asam jawa sebagai antiinflamasi dan antipiretika. Selain itu buah asam jawa juga memiliki kandungan *tannins, saponins, sesquiterpenes, alkaloid, dan phlobatamins* untuk mengurangi aktivitas sistem saraf (BAITI, 2018).

Apabila tidak dilakukan pengobatan sama sekali, nyeri tetap akan berkurang karena tubuh bisa mentoleransi nyeri dengan sendirinya, tetapi

perubahan skala nyeri tidak signifikan. Tingkat nyeri haid dapat berubah pada hari ke 3 saat menstruasi karena hormone prostaglandin mengalami penurunan.

D. Keterbatasan penelitian

Peneliti menyadari bahwa penelitian tidak lepas dari berbagai keterbatasan, seperti kurangnya responden sesuai usia dan sesuai hari haid pertama dan kedua

