

KOMBINASI TABLET FE DAN KURKUMIN TERHADAP GEJALA DISMINORHE PADA REMAJA PUTRI ANEMIA

Neni Herlina^{*}, Dono Indarto^{**}, Eti Poncorini^{**}, Hanim Diffah^{**}

^{*}Dinkes Kota Banjarbaru Kalimantan Selatan

^{**}Prodi Ilmu Gizi Pascasarjana UNS Surakarta

email : neni_herlina2017@yahoo.com

ABSTRACT

The problem of nutrition in adolescents who need special attention is anemia. Adolescents are among those who are prone to anemia due to monthly menstruation and growth. The objective of this study was to investigate the effect of curcumin on menstrual symptoms in adolescent girls anemia. Experimental research design. The sample size of 66 people was selected proportional random sampling from all the students of class VII. Data on menstrual patterns were obtained through structured questionnaires. Data were analyzed by Pearson's Product Moment correlation, Rank Spearman. Most subjects had 82.53% disminorhe symptoms. The results showed that there was effect of curcumin ($r = 0.637$; $p = 0.000$) with disminore symptoms. Combination of TTD with curcumin 10 mg can reduce disminore equal to (64.7%) with p value <0.001 .

Keywords: Curcumin and Fe, Disminorhe Symptoms, Adolescents Anemia.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah yang selalu dijumpai di seluruh dunia. Prevalensi anemia melaporkan bahwa 1,62 miliar dari populasi dunia adalah anemia. Siswa sekolah sebesar 25,4% dan pada anak-anak usia prasekolah anemia mencapai persentase tertinggi dari 47,4 %, di Meksiko 50 % anemia menyebabkan tingginya angka morbiditas (Ibanez *et al* , 2016). Berdasarkan Riskesdas Kementerian Kesehatan RI (2013) anemia gizi besi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi pada anak balita sebesar 28,1 %, anak 5-12 tahun 29%, ibu hamil 37,1%, remaja putri 13-18 tahun sebesar 22,7 %, Jawa timur khususnya Kabupaten Kediri prevalensinya WUS (Wanita Usia Subur) sebesar 38,2 % (Dinkes Prov. Jawa Timur, 2014).

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Siklus menstruasi secara fisiologis melewati 3 fase yaitu fase proliferasi, fase sekretonik dan fase menstruasi. Pada saat menstruasi berlangsung dapat timbul rasa sakit atau nyeri di daerah

abdomen yang disebut dismenore dan sering terjadi pada usia produktif. Pada perempuan yang mengalami dismenore terdapat kadar prostaglandin 10 kali lipat dibandingkan yang tidak mengalami dismenore (Mutiara dan Pratiwi, 2017).

Banyak cara yang dilakukan untuk mengurangi nyeri dengan memblok prostaglandin yaitu dengan terapi farmakologis seperti pemberian obat-obatan analgesik. Pengobatan herbal salah satu terapi non farmakologis yang bisa digunakan. Beberapa tanaman yang. Manfaat dan khasiat temulawak menurut (Rahardjo, 2010) adalah sebagai antiinflamasi, mengurangi demam dan nyeri, antikolesterol dan dapat menetralkan racun. Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti secara acak pada 66 remaja putri anemia didapatkan data sebagian besar subjek memiliki gejala disminorhe 82.53%. Peneliti ingin melihat apakah kurkumin yang terkandung di dalam temulawak mampu menurunkan rasa sakit pada saat menstruasi pada remaja putri anemia, tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh lama pemberian kurkumin terhadap gejala disminore.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Pre- post Eksperimental Designs. Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh remaja putri kelas 1 yang mengalami anemia dan sudah menstruasi di SLTP sekecamatan Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2017. Populasi pada penelitian ini sebanyak 568 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 66 remaja putri. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya,

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi gejala disminore awal

	Disminore		Total
	Tidak (%)	Ya(%)	
K	2 (12.5%)	14 (87.5 %)	16
P1	0 (0%)	16 (100%)	16
P2	0 (0%)	17 (100%)	17
P3	3(17.65%)	14 (82.35%)	17

Ket: K = kontrol, P1 = kurkumin 10 mg , P2= kurkumin 30 mg , P3= Fe + kurkumin10mg * signifikan $p < 0.05$ uji *Pearson*

Distribusi gejala disminore pada awal penelitian semua kelompok tidak ada perbedaan, sebagian besar subjek mengalami gejala disminore (> 82.53%)

Tabel 2 Distribusi gejala disminore Setelah diberikan perlakuan selama 4 minggu

Variabel	Disminore		Total
	Tidak (%)	Ya (%)	
K	0(0)	16(100)	16
P1	8 (50)	8(50)	16
P2	3(17.65)	14(82.35)	17
P3	11(64.7)	6(35.3)	17

Ket: K = kontrol, P1 = *Curcuma* 10 mg , P2= *Curcuma* 30 mg , P3= Fe + *Curcuma*10mg.

Tabel 2. Menunjukkan bahwa pada kelompok P1 subjek tidak mengalami disminore sebesar 50 %, tertinggi kombinasi TTD dan kurkumin 10 mg mampu mengurangi gejala disminore 64.7%.

Analisa Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Kurkumin Terhadap Penurunan disminore pada remaja putri anemia

Variabel	Mean±SD	p	r
Disminore :			
Pre Intervensi	1.08±	0.581	0.069
Kurkumin	0.267		
Post Intervensi	1.53±0.50	0.000	0.637
Kurkumin	3		**

Ket : * signifikan $p < 0.05$ *Spearman*

Tabel 4. Menunjukkan rata-rata perbedaan gejala nyeri sebelum diberikan kurkumin adalah 1.08 dengan standar deviasi 0.267, sedangkan gejala nyeri sesudah diberikan kurkumin adalah 1.53 dengan standar deviasi 0.503. Pengaruh antara kelompok perlakuan sebelum dan sesudah pemberian intervensi selama 4 minggu sebesar 0.637, memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh pemberian kurkumin terhadap penurunan disminore saat menstruasi pada remaja putri anemia.

Distribusi Disminore Sebelum pemberian kurkumin

Berdasarkan tabel 1. Didapatkan hampir sebagian besar subjek mengalami gejala disminore (>82.53%). Gejala dismenore/ nyeri haid menurut Adriani dan Wirjatmadi (2012) Pada awal perkembangan seorang anak menuju remaja ditandai dengan datangnya haid pertama lazim disebut *Menarche*. Namun pada saat *Menarche* banyak mengalami nyeri haid dikarenakan ketidakseimbangan hormone progesterone dalam darah dan juga faktor psikologis ikut berperan terjadinya dismenore pada beberapa wanita. Selama dismenore, terjadi kontraksi otot rahim akibat peningkatan prostaglandin sehingga menyebabkan vasospasme dari arteriol uterin yang menyebabkan terjadinya iskemia dan kram pada abdomen bagian bawah yang akan merangsang rasa nyeri di saat datang bulan. Hasil penelitian Suri dan Nofitri, 2014 menyebutkan bahwa 50% responden mengalami nyeri sedang, kurang dari

separuh 30% responden mengalami nyeri berat dan 20% responden nyeri ringan. Melihat tingkatan rasa nyeri tersebut terutama yang mengalami rasa nyeri berat dan sedang biasanya mereka tidak masuk sekolah. Dalam penelitian ini peneliti tidak meneliti tingkatan disminore pada subjek penelitian, dan selama penelitian tidak ada subjek beraktfitas seperti biasa dan tidak ada yang absen di sekolah.

Distribusi Dismnore Setelah pemberian kurkumin

Tabel 2. Menunjukkan bahwa ada perubahan rasa sakit / nyeri haid ketika subjek penelitian diberikan perlakuan sebesar rerata 1.53 hal tersebut didukung oleh hasil penelitian (Suri dan Nofitri, 2014) yang menyatakan bahwa pemberian rebusan kunyit mampu menurunkan rasa saat haid dengan nilai p yang diperoleh adalah 0,000 yang berarti $p < 0,05$ atau terdapat pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan skala nyeri pada dismenore primer. Skala nyeri berat menjadi sedang dan skala nyeri sedang menjadi ringan. Ramuan yang diberikan mampu mengurangi nyeri subjek penelitian sehingga mereka dapat melanjutkan aktivitas sehari-hari. Penelitian ini juga diperkuat oleh Leli Rahmawati dan Atik (2011) tentang pengaruh kunyit asam terhadap penanganan nyeri haid pada siswi, didapatkan hasil siswi yang mengkonsumsi kunyit asam cenderung mengalami nyeri haid derajat skala ringan, manfaat kunyit asam sebagai analgetik mampu mengurangi nyeri haid. Raharjo (2010) Kunyit mengandung berbagai bahan aktif alami yaitu sebagai antiinflamasi. Cara kerja kurkumin sebagai antiinflamasi yaitu dengan menurunkan aktivitas enzim siklooksigenase (COX), mengurangi pelepasan prostaglandin saat menstruasi, menekan aktivitas sistem saraf otonom sehingga menekan terjadinya kontraksi dan vasospasme uterus yang berlebihan, dan mengurangi stres emosional yang bekerja melalui sistem saraf otonom.

Pengaruh Pemberian Kurkumin Terhadap Penurunan Dismnore Pada Remaja Putri Anemia

Hasil penelitian ini Ha diterima dengan nilai $p = 0.000$ yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian tablet kurkumin. Rerata disminore sebelum diberikan pemberian tablet kurkumin (1.08). Hasil penelitian Marlina (2012) dan Anindita (2010) menunjukkan bahwa ada pengaruh minuman kunyit terhadap penurunan nyeri menstruasi. Secara alamiah memang kunyit dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan antiinflamasi. Senyawa aktif atau bahan kimia yang terkandung dalam kunyit adalah kurkumin. Kurkumin sebagai salah satu zat aktifnya adalah bersifat antiinflamasi dapat menghambat reaksi cyclooxygenase (COX-2) mampu mengurangi atau menghambat kontraksi uterus. Menurut Wieser *et al*, 2007. Curcumenol sebagai analgetik akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan melalui jaringan epitel uterus dan akan menghambat kontraksi uterus sehingga akan mengurangi terjadinya dismenore.

SIMPULAN DAN SARAN

Distribusi disminore sebelum diberikan semua kelompok mengalaminya sebesar (>82.53%). Distribusi disminore sesudah diberikan kurkumin adalah (> 50%) terbebas dari disminore sehingga subjek bisa lebih nyaman dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah dan beraktfitas lainnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian kurkumin sebesar 10 mg mampu menurunkan resiko gejala disminore (50 %). Kombinasi fe (tablet tambah darah) dan kurkumin pada temulawak mampu mengurangi resiko gejala disminore sebesar (64.7%).

1. Dianjurkan mengkonsumsi kombinasi tablet tambah darah dengan kurkumin 10 mg selama haid mampu mengurangi resiko disminore dan anemia tentunya.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui berapa lama waktu yang diperlukan untuk melihat efektifitas pemberian tablet tambah darah dan kurkumin untuk mengurangi gejala disminore.

DAFTAR PUSTAKA

Adriani, M dan Bambang Wirjatmadi. 2012. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Jakarta : Kencana Prenada Media Group

Anindita, A.Y. 2010. *Pengaruh Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Kunyit Asam Terhadap Keluhan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di Kotamadya Surakarta*. Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta

Dinkes Provinsi Jatim, 2014. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Surabaya : Dinkes Prov. Jatim.

Ibaneza, G.B, Sanchezb A.A., and Penafiela, C.O.R. 2016. Iron deficiency anemia. *Journal of Rev Med Hosp Gen Mex*.vol. 79, no.2, hlm.88-97

Leli, Rahmawati dan Atik. 2011. Pengaruh kunyit asam terhadap penanganan nyeri haid pada siswi kelas xi sma negeri i sugihwaras. *Jurnal LPPPM AKES Rajekwesi Bojonegoro*.vol. 21. no. 2, hlm.1-6.

Marlina, E. 2012. *Pengaruh Minuman Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri di Sma Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam*. Skripsi. Universitas Andalas Padang.

Mutiara Hdan Pratiwi L.A, 2017. Pengaruh Jahe terhadap Nyeri saat Menstruasi. *Medical Journal of Lampung University*. Vol. 6, No. 1, hlm.51- 54

Rahardjo, 2010. *Penerapan SOP Budidaya Untuk Mendukung Temulawak Sebagai BahanBaku Obat Potensial Perspektif* , Vol. 9, Hlm 78 – 93.

Suri. I.S dan Nofitri. M.D, 2014. *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*. LPPM Yaskes.

Wieser F., Cohen M., Gaeddert A., Yu J., Burks-Wicks C., Berga S.L. and Taylor R.N. 2007. Evolution of medical treatment for endometriosis: back to the roots?. *Human Reproduction Update-Oxford Journals*. 13 (5): 487-99.