

**PEMBERIAN KOMPRES JAHE MERAH TERHADAP DISMENORE
PRIMER PADA SISWI SMP KRISTEN ALETHEIA KOTA MALANG**

SKRIPSI



**DI SUSUN OLEH :
MARLINCE IRMIANA BULU
2016610056**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI
MALANG
2022**

Bulu. M.I, 2022. Pemberian kompres jahe merah terhadap dismenore primer pada Siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang. Tugas Akhir, Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang: (1) Sirli Mardianna Trishinta S.Kep., Ns., M.Kep (2) Susmini, S.Kep., Ns., MAP.

ABSTRAK

Dismenore esensial adalah nyeri perut yang berasal dari kejang rahim yang terjadi selama periode menstruasi. Alasan dilakukannya penelitian ini adalah untuk memutuskan bagaimana pemberian kompres jahe merah pada dismenore primer pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang. Desain yang digunakan adalah *pre-eksperimental* dengan *one group pre-post design*. Jumlah dalam penelitian ini adalah 35 siswi dengan contoh 32 siswi. Sampel dilakukan dengan menggunakan Teknik *simple random sampling*. Variabel independen adalah kompres jahe merah, variabel dependen adalah dismenore primer. Instrumen yang digunakan adalah SOP dan lembar persepsi *numerical rating scale* (NRS). Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres hangat jahe merah, dismenore ditemukan pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang dengan klasifikasi nyeri sedang (56%), setelah diberikan kompres hangat jahe merah dimana siksaan pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang berkurang yang berada pada klasifikasi nyeri ringan (59,4%) dan ada pengaruh pemberian kompres jahe merah terhadap dismenore esensial pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang. Penelitian di masa depan seharusnya melihat dampak jahe merah dan jahe lain yang lebih efektif dalam mengurangi dismenore.

Kata Kunci : Disminore, Jahe Merah, Kompres, Siswi.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenore primer adalah nyeri perut yang berasal dari kejang rahim yang terjadi selama periode waktu kewanitaan. Dismenore primer dapat menghambat aktivitas misalnya tidak dapat masuk kerja atau tidak masuk kelas, jika hal ini tidak segera diatasi akan berdampak negatif bagi remaja Sukarni, (2013). Dismenore primer sebagai nyeri di panggul selama periode menstruasi, keluhan ini biasanya muncul selama siklus bulanan utama (*menarche*) dan keluhan ini muncul selama menstruasi pertama namun ada juga wanita yang mengalami nyeri dismenore kronis. Jika secara klinis, dismenore adalah kejang kewanitaan berupa nyeri pada daerah pertengahan dan panggul yang dialami oleh wanita karena masa kewanitaannya Kusmiran dan Eny, (2011).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lebih dari setengah wanita di setiap negara mengalami dismenore. Dari hasil eksplorasi, angka kesakitan wanita di Amerika sekitar 60 %, Swedia 72 %. Selain itu, di Indonesia sekitar 55 % wanita usia produktif. Sekedar informasi, wanita yang mengalami dismenore tidak dapat melakukan olahraga Asmita, (2017). Di Jakarta, 83,5 % mengalami dismenore pada usia produktif yang belum pernah hamil. Wanita usia produktif yang mengalami penderitaan nyeri haid sangat mengganggu aktifitas Calis, (2011).

Dismenore membuat kondisi tersebut menjadi minder dan kecenderungan menjadi masalah bagi para wanita. Siklus bulanan terjadi karena prostaglandin yang ekstrim. Prostaglandin merupakan pekerjaan dari tekanan otot miometrium dan kontraksi pembuluh darah rahim. Hal ini memicu hipoksia uterus yang biasanya terjadi selama periode menstruasi, sehingga menyebabkan rasa sakit yang luar biasa, Anurogo (2011). Menurut Khayat, (2014) menyatakan bahwa sekitar 30-70 % wanita muda dewasa muda yang mengobati nyeri kewanitaan dengan mengambil alih obat-obatan nyeri yang dijual bebas. Ini sangat berbahaya, mengingat efek samping dari obat-obatan ini jika dikonsumsi terus-menerus tanpa pengawasan spesialis.

Pengobatan dismenore juga dapat dilakukan dengan menggunakan prosedur farmakologis (memanfaatkan obat pereda nyeri, pengobatan hormonal, steroid prostaglandin) dan non farmakologis (melalui terapi jarum, kompres dan relaksasi) Prawirohardjo, (2010). Sebagai pilihan lain, berbagai macam tes untuk mengikuti pengobatan integral lebih aman, seperti pengobatan rumahan, pengobatan suplemen, pengobatan terapi jarum, pengobatan sosial, dan penyembuhan aromatik.

Salah satu tanaman yang biasa dimanfaatkan sebagai obat tradisional adalah jahe (*Zingiber officinale Roscoe*) Rigi *et al.*, (2012).

Pekerjaan petugas yang menggunakan metode non farmakologis menggunakan pengobatan alami tradisional untuk mengurangi rasa sakit dapat mengkonsumsi jahe merah karena zat jahe pada dasarnya cukup kuat dengan asam mefenamat dan ibuprofen untuk mengurangi dismenore. Zat dari jahe tepat untuk mengurangi dismenore karena kandungan pati 52,9 %, minyak atsiri 3,9 % dan ekstrak yang larut dalam alkohol 9,93 %, lebih tinggi dari jahe emprit 41,48 % dan selanjutnya 7,29 %, Hermani dan Winarti (2011). Melihat banyaknya masalah yang muncul akibat dismenore, maka penting dilakukan pengobatan untuk mengurangi efek samping, salah satunya dengan pemanfaatan jahe merah. Kompres jahe merah adalah teknik untuk memberikan rasa hangat pada klien.

Kompres hangat dapat menimbulkan pembesaran vena yang akan meningkatkan peredaran darah ke membrane sel. Sepanjang jalur, ia mengirim asam dan darah ke sel diperbesar dan penghapusan dari zat-zat diperbaiki yang dapat mengurangi penderitaan wanita karena kurangnya persediaan ke endometrium, Dahlan (2017). Berdasarkan gambaran yang didapat, penggunaan kompres hangat merah untuk mengobati nyeri dismenore sangat sederhana dan tidak membutuhkan biaya yang besar. Selain tidak menimbulkan efek samping, jahe merah juga memiliki banyak kelebihan. Dengan cara ini, penggunaan kompres jahe merah berhasil mengurangi dismenore.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 13 Agustus 2021 di SMP Kristen Aletheia, Kota Malang, dari 10 siswi 7 siswa mengalami menstruasi dan nyeri perut bagian bawah. Siswi menyatakan bahwa ada nyeri baik di pagi hari dan sore namun banyak siswi lain yang mengeluhkan nyeri perut bagian bawah dan pengobatannya hanya menggunakan minyak kayu putih dan pengobatan farmakologis tanpa berfokus pada bagian lain seperti kompres jahe merah. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melihat seberapa banyak kompres jahe merah yang diberikan pada dismenorea primer pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang.

1.2 Rumusan Masalah

"Apakah pemberian kompres jahe merah terhadap dismenore primer pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pemberian kompres jahe merah terhadap dismenore primer pada Siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi dismenore primer sebelum pemberian kompres jahe merah pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang.
2. Mengidentifikasi dismenore primer sesudah diberikan kompres jahe merah pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang.
3. Menganalisis pemberian kompres jahe merah terhadap dismenore primer pada Siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pengetahuan kompres jahe merah terhadap dismenore primer.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini diperuntukkan bagi:

1. Responden

Memberikan informasi dalam mengatasi siksaan dismenore, dimana responden dapat dengan leluasa menangani jahe merah sebagai pengobatan timbal balik dalam mengatasi dismenore esensial.

2. Sekolah

Untuk mengetahui pengaruh kompres jahe merah terhadap dismenore primer sehingga pihak sekolah dapat memberikan pengobatan elektif yang membantu mengurangi dismenorea.

3. Peneliti

Merupakan Pengalaman penting untuk menerapkan informasi yang diperoleh selama pendidikan, serta peningkatan informasi dan pengetahuan tentang dampak kompres jahe merah pada dismenore primer.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y & Pratiwi, A. 2016. “*Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan*”. PT. Raja Grafindo Persada : Jakarta.
- Ahimsa YogaAnindita. (2010). *Pengaruh Kebiasaan Mengonsumsi Kunyit Asam Terhadap Keluhan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di Kotamadya Surakarta*
- Andarmoyo, S. (2013).*Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*, Ar- Ruzz, Yogyakarta.
- Anugroho, W. 2014. *Cara Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta. CV Andi Offset.
- Arikunto, S. 2012. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, R., Widjanarko, B., & Santoso, H.Y.D., 2012. Studi Deskriptif Pendampingan dan Dukungan Suami Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Di RS Panti Wilasa Citarum Semarang. *Semarang : Jurnal Kebidanan Panti Wilasa, Vol. 3 Ni. 1. Edisi Oktober 2012*
- Aziz H. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Black C.D, Herring M.P, Hurley D.J, O’Connor P.J. 2010. *Ginger (Zinger Officinale) Reduces Muscle Pain Caused By Eccentric Exercise*. The Journal of Pain
- Cahyono, J.B. Suharjo B. 2008. *Perubahan Gaya hidup dan Penyakit Kronis*
- Celik, H., Gurates, B., Parmaksiz, C., Polat, A., Fethi Hanay, Kavak B., Yavuz, A. And Artas, z.D. 2009. “*Severity of pain and Circadian Changes in Uterine Artery Blood Flow in Primary Dysmenorrhea*”. *Aroh Gynecol Obstet*, 280: 589-592.
- Dahlan, S.M. 2013. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel*. Jakarta: Salemba Medika.
- Herdman, T. H., & Kamitsuru, S. (2018). *NANDA-1 Diagnosis Keperawatan Definisi dan Klasifikasi*. (M. Ester & Wuri Praptiani, Eds.) (2018-2020th ed). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hernani & Winarti, C. 2011. *Kandungan Bahan Aktif Jahe dan Pemanfaatannya dalam Bidang Kesehatan*. Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pascapanen Pertanian. Bogor
- Khayat, S., Kheirkhah M., Moghadam Z., Fanaei H., Kasaeian A & Javadimehr M., 2014. *Effect of treatment with ginger on the Severity of Premenstrual Syndrome Symptom*. *ISRN Obstetrics and Gynecology*. Volume 2014

- Kusmiran, Eny. 2011. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Jakarta : Salemba Medika.
- Lestari, L., Nurul, M., & Admini. (2018). Peningkatan Pengeluaran ASI Dengan Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Teknik Marmet Pada Ibu Post Partum. *Kebidanan*, 8(2)
- Masyhurrosyidi. H. Kumboyono dan Utami YW.(2013). *Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Jahe Terhadap Tingkat Nyeri Subkutan Dan Kronis Pada Lanjut Usia Dengan Osteoarthritis Lutut Di Puskesmas Arjuna Klojen Kecamatan Klojen Malang Jawa Timur*. Program Keperawatan: Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.
- Nani, Desiyani. 2018. "Fisiologi Manusia Siklus Reproduksi Wanita". Penebar Swadaya Grup : Jakarta.
- Potter, Patricia. A & Perry, Anne G. 2010. "Fundamental of Nursing Buku 2 Edisi 7". Salemba Medika : Jakarta.
- Prawirohardjo. 2009. Ilmu Kandungan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Proverawati, A. & Misaroh, S. 2009. "Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna". Nuha Medika : Yogyakarta.
- Puji. 2011. Efektivitas senam dismenore Dalam mengurangi dismenore pada remaja putri di SMUN 5 Semarang. Tersedia di [http:// eprints.undip.ac.id](http://eprints.undip.ac.id).
- Ramadhan, Ahmad J. 2012. Aneka Manfaat Ampuh Rimpang Jahe Untuk Pengobatan. Yogyakarta : Diandra Pustaka Indonesia. Setiawan. 2015. "Budidaya Jahu". Pustaka Baru Press : Yogyakarta.
- Rumini, Sri dan Sundari, Siti. 2009. Perkembangan Anak dan Remaja. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rustonto, Cholifah N, Retnosari I. 2015. *Pemberian Kompres HangatMemakai Jahe Untuk MeringankanSkala Nyeri Pada Pasien AsamUrut di Desa Kedungwungu*
- Sani, A.T & Winarsih.(2013). *Perbedaan Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Pada Klien Gout Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang III Kab.Batang*.di akses dari.www.eskripsi.stkesmuhpkj.ac.id.p
- Tejasari *et al*, 2002. Aktivitas Stimulasi Komponen Bioaktif Rimpang Jahe (Zinger Officinale Roscoe) Pada Sel Limfosit B Manusia Secara In Vitro. *Jurnal.Teknol dan Industri Pangan, Vol. XIII, No.1 th.2002*. Diperoleh 11 Desember 2014
- Tetty, S. 2015.*Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC. Smeltzer, Suzanne C. dan Bare, Brenda G, 2002, *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth* (Ed.8, Vol. 1,2), Alih bahasa oleh AgungWaluyo...(dkk), EGC, Jakarta.

Washington. 2012. *Arthritis dan Rheumatism. An official Journal of The American College of Rheumatology*. No 10, Volume 64.

Wurangian Mellynda. 2013. *Pengaruh Kompres Hangat Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado*. Volume 4 No 2. www.id.portalgaruda.org. Diakses 11 Oktober 2015 pada pukul 12. 14WITA