

PENGARUH PENYULUHAN PENGGUNAAN JAMU KUNYIT ASAM TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA DUSUN NGENEMPLAK, CATURHARJO, SLEMAN

Yuni Eka Rahayuningsih¹, Rini Sulistyawati², Windadari Murni Hartini³

^{1,2,3} Politeknik Kesehatan Bhakti Setya Indonesia

akademiajoga22@gmail.com

ABSTRAK

Remaja lebih sering mengalami nyeri haid atau dismenorea yang disebabkan oleh ketidakstabilan siklus hormonal maupun abnormalitas kontraksi uterus. Penggunaan jamu kunyit asam dipercaya mampu mengatasi nyeri haid. Kandungan senyawa fenolik berkhasiat antioksidan, analgetik, antimikroba dan antiinflamasi. Senyawa aktif kurkumin mampu menghambat enzim siklooksigenase sehingga mampu mengurangi rasa nyeri. Kurangnya pengetahuan remaja akan mendorong keengganan untuk memanfaatkan jamu kunyit asam. Penyuluhan merupakan salah satu cara meningkatkan pengetahuan, oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan penggunaan jamu kunyit asam terhadap tingkat pengetahuan remaja Dusun Ngenemplak, Caturharjo, Sleman. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental dengan desain *pretest* dan *posttest*, sedangkan Teknik pengambilan sampel secara *total sampling* sebanyak 60 responden remaja putri. Instrumen penelitian berupa kuisioner berisi daftar pertanyaan, media penyuluhan berupa brosur dan powerpoint. Hasil penelitian memberikan nilai rata-rata pretest dan posttest 60,40 serta nilai setelah penyuluhan menjadi 79,43 dengan kategori baik. Hasil uji statistic uji Wilcoxon menunjukkan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan dalam penggunaan jamu kunyit asam untuk mengatasi nyeri haid.

Kata kunci : Jamu kunyit asam; Penyuluhan; Tingkat pengetahuan; Nyeri haid

ABSTRACT

Teenagers often experience menstrual pain or dysmenorrhea caused by hormonal cycle instability and abnormalities in uterine contractions. The use of turmeric acid herbal remedy is believed to alleviate menstrual pain. Its phenolic compounds have antioxidant, analgesic, antimicrobial, and anti-inflammatory properties. The active compound curcumin can inhibit the enzyme cyclooxygenase, thereby reducing pain. The lack of knowledge among teenagers may discourage them from utilizing the turmeric acid herbal remedy. Counseling is one way to enhance knowledge; therefore, this study aims to determine the effect of counseling on the use of turmeric acid herbal remedy on the knowledge level of teenagers in Ngenemplak Hamlet, Caturharjo, Sleman. This research uses a pre-experimental method with a pretest and posttest design, while the sampling technique employed is total sampling involving 60 female adolescent respondents. The research instrument consists of a questionnaire containing a list of questions, and the informational media used includes brochures and PowerPoint presentations. The results of the study show an average pretest score of 60.40 and a posttest score of 79.43, categorized as good. The results of the Wilcoxon statistical test show a $p\text{-value of } 0.000 < 0.05$, indicating that there is an effect of the counseling on the level of knowledge regarding the use of turmeric acid herbal medicine to address menstrual pain.

Keywords : Herbal kunyit asam; Counselling; Level of knowledge; Dysmenorea

PENDAHULUAN

Nyeri haid atau dismenorea terjadi pada masa menstruasi yang dapat meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha yang disebabkan oleh kelebihan jumlah prostaglandin F_{2α} (Rustam, 2014). Remaja lebih sering mengalami nyeri haid atau dismenorea yang disebabkan oleh ketidakstabilan siklus hormonal maupun abnormalitas kontraksi uterus (Safriana and Sitaresmi, 2022).

Penggunaan jamu kunyit asam dipercaya mampu mengatasi nyeri haid (Arianti and Milindasari, 2022). Kandungan senyawa fenolik kunyit berkhasiat antioksidan, analgetik, antimikroba dan antiinflamasi (Hussain et al., 2017). Senyawa aktif kurkumin mampu menghambat enzim siklooksigenase sehingga mampu mengurangi terjadinya inflamasi (Yuniarti et al., 2012) dan menghambat kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri haid. Asam jawa mengandung flavonoid, tanin, alkaloid dan asam sitrat (Sustikawati et al., 2021). Asam jawa juga berkhasiat antiinflamasi (Anggara et al., 2021).

Banyak remaja beranggapan bahwa nyeri haid cukup dibiarkan saja tanpa perlu diatasi. Studi pendahuluan terhadap 10 remaja putri dusun Ngemplak menyatakan 7 dari 10 responden tidak mengkonsumsi jamu kunyit asam untuk mengatasi nyeri haid. Kurangnya pengetahuan remaja akan mendorong keengganan untuk memanfaatkan jamu kunyit asam. Penyuluhan merupakan salah satu cara meningkatkan pengetahuan (Dewi et al., 2021). Penggunaan media penyuluhan berupa brosur dan power point diharapkan dapat menambah pengetahuan remaja putri tentang jamu kunyit asam untuk mengatasi nyeri haid.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif *preeksperimental* dengan desain *pretest posttest*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 60

responden sedangkan subjek penelitian adalah remaja putri yang sudah memasuki fase haid.

Instrumen penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuisioner yang telah diuji validitas dan reabilitasnya serta media penyuluhan berupa power point dan brosur. Kuisioner memuat 18 pertanyaan. Kuisioner diberikan sebelum penyuluhan (*pretest*) dan setelah penyuluhan (*posttest*). Media penyuluhan berupa powerpoint berisikan video animasi yang menarik dan mudah dipahami serta brosur berisikan materi penyuluhan. Pengambilan data primer dilakukan secara langsung dengan mengumpulkan responden.

Tabel 1. Kisi-kisi soal kuisioner penelitian

No	Kisi-kisi soal	Nomor soal
1	Apa istilah untuk nyeri haid, penyebab remaja sering mengalami nyeri haid	1,2
2	Pengertian obat tradisional, jamu dan logo jamu	3, 4, 5
3	Manfaat dan kelebihan jamu kunyit asam	6,7,8
4	Batasan maksimum frekuensi minum kunyit asam,	9,10,11
5	Nama ilmiah kunyit, gambar rimpang dan kandungan kimia kunyit	12,13,14
6	Khasiat senyawa fenolik kunyit, fungsi asam pada jamu kunyit asam	15,16,17, 18

Analisis data dilakukan secara analisis univariat dan bivariat. Analisis data secara univariat akan menghasilkan distribusi dan persentasi hasil pengisian kuisioner *pretest* dan *posttest* yang dikategorikan dalam kategori baik, cukup dan kurang berdasarkan data sosiodemografi yang meliputi: umur dan pendidikan terakhir. Pengkategorian sangat baik, dan kurang yaitu sangat baik bila responden mampu menjawab 76-100%, baik jika 56-75% dan kurang jika < 56% dari

total pertanyaan (Arikunto, 2010). Analisis secara bivariat dilakukan melalui tahapan uji normalitas menggunakan uji komolgorov dilanjutkan uji *paired sample t-test* untuk melihat ada atau tidak ada pengaruh penyuluhan tentang jamu kunyit asam terhadap tingkat pengetahuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan terhadap 60 responden dengan memberikan kuisioner sebanyak dua kali yaitu sebelum dilakukan penyuluhan (*pretest*) dan setelah penyuluhan (*posttest*). Untuk mengetahui kondisi sosiodemografi responden, maka diambil data umur dan tingkat pendidikan.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasar usia dan tingkat pendidikan

Karakteristik responden	Jumlah	Persentase (%)
Usia (tahun)		
15-20	39	65
21-25	21	35
Total	60	100
Pendidikan		
SD	12	20
SMP	13	21,67
SMA	35	58,33
Total	60	100

Menurut Notoatmojo ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan antara lain: usia, pendidikan, pekerjaan, pengalaman dan lingkungan. Usia merupakan faktor utama yang mempengaruhi pengetahuan karena usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Tingkat pendidikan juga akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula tingkat pengetahuan karena pendidikan lebih akan memberikan wawasan yang lebih luas dan membuka pola pikir (Dawood et al., 2017).

Tabel 3. Distribusi frekuensi kategori tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan

No.	Tingkat pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Sangat baik	11	18,30
2.	Baik	23	38,30
3.	Kurang	26	43,30

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 43,30% responden belum mengetahui dan memahami mengenai dismenorea dan jamu kunyit asam dalam pengobatan dismenorea. Berbagai faktor mempengaruhi tingkat pengetahuan.

Tabel 4. Distribusi frekuensi kategori tingkat pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan

No.	Tingkat pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Sangat baik	44	73,30
2.	Baik	15	25,00
3.	Kurang	1	1,70

Hasil ini menunjukkan terdapat peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan penyuluhan. Pengetahuan merupakan langkah awal remaja untuk menentukan sikap dan perilaku. Metode penyampaian informasi juga memberikan pengaruh dalam penerimaan informasi yang diberikan. Metode penyampaian informasi penyuluhan menggunakan power point berisikan video animasi serta pembagian leaflet. Video animasi dan leaflet berisikan pengetahuan mengenai khasiat kunyit asam, nama ilmiah kunyit, dan senyawa kandungan kunyit asam.

Pengaruh penyuluhan jamu kunyit asam untuk mengatasi nyeri haid terhadap tingkat pengetahuan remaja putri

Tabel 5. Hasil kenaikan nilai pretest dan posttest

No	Soal	Pretest	Posttest
1.	Apakah istilah untuk nyeri haid	28,30	93,70
2.	Apa penyebab remaja lebih sering mengalami nyeri haid	46,70	91,70

3.	Berikut merupakan pengertian obat tradisional	56,70	88,30
4.	Berikut merupakan pengertian jamu	61,70	81,70
5.	Manakah yang merupakan logo jamu	46,70	90,00
6.	Apakah kelebihan jamu kunyit asam dibandingkan obat penghilang nyeri haid	61,70	75,00
7.	Menurut anda, apa khasiat jamu kunyit asam	80,00	90,00
8.	Apa manfaat jamu kunyit asam	45,00	48,30
9.	Berapa batas maksimum minum jamu kunyit asam	61,70	90,00
10.	Apa enzim yang dihambat oleh jamu kunyit asam	55,00	90,00
11.	Apa nama ilmiah kunyit	58,30	63,30
12.	Apa nama ilmiah asam jawa	56,70	65,00
13.	Manakah gambar rimpang kunyit	66,70	100
14.	Sebutkan nama senyawa kunyit yang berkhasiat analgetik	65,00	71,70
15.	Apa khasiat fenolik dalam rimpang kunyit	65,00	56,70
16.	Apa fungsi asam jawa pada jamu kunyit asam	50,00	50,00
17.	Manakah berikut ini yang merupakan produk jamu kunyit asam	83,30	91,70
18.	Apakah jamu kunyit asam boleh dikonsumsi saat tidak haid	93,30	95,00

Penyuluhan memberikan kenaikan tingkat pengetahuan responden. Hal ini terbukti dari peningkatan jawaban benar oleh responden. Semua soal menunjukkan peningkatan tingkat pengetahuan setelah

diberi penyuluhan. Responden menjadi lebih paham tentang penyebab nyeri haid, pengertian obat tradisional, jamu. Khasiat kunyit asam, nama ilmiah kunyit asam serta kandungan kimia kunyit asam.

Tabel 6. Hasil uji statistik

	Minimum	Maksimum	Mean	Sign
<i>Pretest</i>	8	83	60,4	0,000
<i>Posttest</i>	61	100	79,43	

KESIMPULAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan nilai rata-rata pretest responden sebelum diberi penyuluhan kategori kurang baik yaitu 60,40% dan setelah posttest kategori baik yaitu 79,43%. Penyuluhan memberikan pengaruh terhadap tingkat pengetahuan berdasarkan hasil uji statistik uji Wilcoxon dengan nilai signifikansi 0,000 kurang dari 0,05.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya penelitian ini yang telah saya tuangkan dalam penulisan artikel ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada setiap orang yang terlibat dalam pelaksanaan penelitian ini, termasuk peran serta dari tim *reviewer* dalam memberikan masukan sebelum diterbitkannya artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggara, A.F., Wirasti, Waznah, U (2021) *Uji Aktivitas Antiinflamasi Fraksi Metanol dan Fraksi n-Heksan Daun Asam Jawa (Tamarindus indica) dengan Metode Stabilisasi Membran Sel Darah Merah Secara Invitro*. Sinteza Jurnal Famasi Klinis dan Sains Bahan Alam 1, 16–20.
- Arianti, M., Milindasari, P (2022). *Penerapan Minuman Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Pada Remaja*. Jurnal Keperawatan Bunda Delima 4, 10–18.

- Arikunto, S (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, 15th ed. Rineka Cipta, Jakarta.
- Dawood, O.T., Hassali, M.A., Saleem, F (2017) *Factors affecting knowledge and practice of medicine use among the general public in the State of Penang, Malaysia*. Journal of Pharmaceutical Health Services Research 8, 51–57. <https://doi.org/10.1111/jphs.12167>
- Dewi, R.S., Aryani, F., Hidayani, Y (2021). *Pengaruh Pemberian Leaflet Terhadap Pengetahuan Masyarakat tentang Obat Tradisional*. JURNAL MANAJEMEN DAN PELAYANAN FARMASI (Journal of Management and Pharmacy Practice) 11, 114. <https://doi.org/10.22146/jmpf.60889>
- Hussain, Z., Thu, H.E., Amjad, M.W., Hussain, F., Ahmed, T.A., Khan, S (2017) *Exploring recent developments to improve antioxidant, anti-inflammatory and antimicrobial efficacy of curcumin: A review of new trends and future perspectives*. Materials Science and Engineering C. <https://doi.org/10.1016/j.msec.2017.03.226>
- Rustam, E (2014). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) dan Cara Penanggulangannya*. Jurnal Kesehatan Andalas 3, 286.
- Safriana, R., Sitaresmi, S (2022). *Hubungan Siklus Menstruasi Tidak Teratur dengan Dismenore*. Indonesian Journal of Midwifery Today 1, 13. <https://doi.org/10.30587/ijmt.v2i1.3832>
- Sustikawati, R., Susilo, H., Sumarlin, Indriatmoko, D.D., Junaedi, C (2021). *Penetapan Kadar Flavonoid Dalam Ekstrak Daging Buah Asam Jawa (Tamarindus Indica L.) Dengan Metode Spektrofotometri Uv-Vis*. Journal Medika & Sains 1, 1–7.
- Yuniarti, N., Nugroho, P.A., Asyhar, A., Sardjiman, Ikawati, Z., Istyastono, E.P (2012). *In vitro and in silico studies on curcumin and its analogues as dual inhibitors for cyclooxygenase-1 (COX-1) and cyclooxygenase-2 (COX-2)*. ITB Journal of Science 44 A, 51–66. <https://doi.org/10.5614/itbj.sci.2012.44.1.5>

