

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kunyit

1. Keterangan Botani

Curcuma longa Linn. syn. *Curcuma domestica* Val. atau dikenal dengan sebutan kunyit, sering digunakan sebagai bumbu masakan dapur dan termasuk dalam suatu jenis rempah. Termasuk salah satu suku tanaman *Zingiberaceae*. Kelompok tanaman kunyit berdasarkan taksonomi :

Kingdom: *Plantae*

Divisio: *Spermatophyta*

Sub divisio: *Angiospermae*

Class: *Monocotyledonae*

Ordo: *Zingiberales*

Family: *Zingiberaceae*

Genus: *Curcuma*

Species: *Curcuma domestica* Val

Tinggi tanaman ini mencapai 40-100 cm. Batangnya berbentuk bulat, semu, dan tegak. Batang berwarna kekuningan dan membentuk rimpang. Tulang daun ini menyirip memanjang hingga 10-40 cm, lebar 8-12,5 cm, termasuk daun tunggal, dan berwarna hijau pucat (Kusbiantoro, 2018).

2. Morfologi Tanaman

Tanaman kunyit (*Curcuma domestica* Val.) merupakan tanaman yang berasal dari Asia Tenggara dan secara luas telah dikembangkan di Cina Selatan, Taiwan, Filipina, Asia Selatan, dan di Indonesia tanaman kunyit dapat tumbuh dengan baik. Tinggi tanaman kunyit 1,0 - 1,5 m. Batangnya semu dan pelepah daun sebagai pelapis dari batang kunyit. Daun tanaman memiliki permukaan yang licin dan berbentuk runcing, panjang daun sekitar 30 cm dan lebar 8 cm. Muncul bunga dari batang semu dengan panjang sekitar 10 - 15 cm. Bunganya berwarna putih dan biasanya ujung bunga terlihat

berwarna merah jambu. Rimpang kunyit termasuk bagian utama dalam tanaman, rimpang ini berbentuk elips dan tumbuh menjalar di dalam tanah.

Tanaman ini berasal dari suku *Zingiberaceae*. Sudah tersebar di Asia Selatan dan Asia Tenggara sebanyak 1000 spesies dan 47 genus *Zingiberaceae*. Banyak masyarakat yang menggunakan tanaman kunyit sebagai sistem pengobatan secara tradisional dan umumnya dijadikan sebagai minuman jamu (Fadhilah et al., 2021).

3. Deskripsi Tanaman

Rimpang induk memiliki bentuk lonjong atau elips dan tumbuh menjalar. Rimpang kunyit biasanya dapat digunakan dalam kondisi utuh atau sudah dipotong-potong. Rasa dari rimpang ini agak pahit, agak sedikit pedas, dan memiliki bau aromatik yang khas. Potongan rimpang kunyit ini biasanya berwarna kuning jingga, kuning jingga kemerahan hingga kecoklatan, teksturnya ringan (Kusbiantoro, 2018).

4. Manfaat Tanaman

Curcuma Domestica Val (kunyit) banyak digunakan oleh masyarakat sebagai obat tradisional, karena memiliki khasiat dan keamanan yang sangat kuat dipercayai oleh masyarakat. Masyarakat menilai bahwa kunyit dapat mengurangi terjadinya radang, pembengkakan sendi, dan mengurangi rasa kaku.



Gambar II.1. Tanaman kunyit (Silviani et al., 2019).

Kunyit juga dapat memberikan manfaat untuk kesehatan, yaitu sebagai peningkat nafsu makan, obat luka, obat gatal, mengatasi peradangan, sesak nafas, mengatasi gejala diare, merangsang keluarnya angin pada perut kembung (Muadifah et al., 2019). Selain itu kunyit juga memiliki manfaat sebagai antioksidan, antiinflamasi, mencegah terjadinya kanker, menurunkan kadar kolesterol jahat, antitumor, dan dapat sebagai antibakteri. Dari manfaat tersebut dapat disimpulkan bahwa kunyit sangat memberikan manfaat untuk kesehatan (Febriawan, 2020).

5. Kandungan kimia

Kandungan kimia zat warna kuning disebut dengan kurkuminoid yang berada di dalam rimpang kunyit. Kurkuminoid dapat mencegah jika terjadi kerusakan pada sel-sel yang disebabkan karena adanya radikal bebas. Kurkuminoid dapat sebagai antioksidan dan antiradang (Utami et al., 2020).

Selain itu, kandungan dalam golongan senyawa kurkuminoid juga dapat dijadikan sebagai antitumor, penurun panas (antipiretik), pereda nyeri (analgetik), antibakteri, antikejang, dan mengatasi gejala diare (antidiare) (Cahaya & Prabowo, 2019).

6. Kandungan senyawa kurkumin

Salah satu senyawa yang berkhasiat obat terdapat dalam kandungan kunyit, yang disebut kurkuminoid. Di dalam kurkuminoid terdiri dari *desmetoksikumin*, kurkumin, dan *bidesmetoksikurkumin*. Adapun manfaat dari lainnya, yaitu minyak atsiri yang mengandung *tumeon* sebanyak 60%, *sabinen*, *felandren*, *keton sesquiterpen*, *turmeron*, *zingiberen* sebanyak 25%, *sineil*, dan *borneol*. Kunyit memiliki kandungan berupa 1–3% lemak, 8% pati, 3% karbohidrat, 30% protein, 45-55% Vitamin C, dan garam mineral, diantaranya kalsium (Ca), fosfor (P), dan zat besi (Fe) (Okuyan et al., 2021).

Kandungan senyawa kimia yang termasuk dalam rimpang kunyit, yaitu minyak atsiri dan kurkuminoid. Kandungan yang ada dalam minyak atsiri terdiri dari senyawa *seskuiterpen* alkohol, *zingiberene*, dan *turmeron*. Sedangkan kurkuminoid mengandung senyawa kurkumin yang terdiri dari *bidesmetoksikurkumin* 10% dan *desmetoksikurkumin* 1-5%. Selain itu senyawa gom, lipid, fosfor (P), besi (Fe), kalsium (Ca), dan protein, terdapat dalam kandungan rimpang kunyit (Kusbiantoro, 2018).

B. Menstruasi

1. Definisi

Menstruasi adalah suatu proses keluarnya darah dari vagina karena meluruhnya endometrium dan ovum yang tidak dibuahi. Menstruasi terjadi setiap bulan kecuali pada saat hamil dan terjadi secara berulang tiap bulan (Mislioni et al., 2019). Menstruasi merupakan proses fisiologis normal yang dialami wanita. Menstruasi terjadi dari usia menarche hingga menopause (Critchley et al., 2020).

2. Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi terjadi kisaran antara 21-35 hari setiap periode menstruasi secara teratur setiap bulan, meskipun menstruasi dapat berlangsung antara 3 hingga 7 hari. Ketika secara fisiologis siklus menstruasi tersebut normal maka dapat diartikan sistem reproduksi kemungkinan tidak terjadi suatu masalah. Seorang wanita akan lebih mudah hamil ketika siklus menstruasinya normal dan teratur. Pada saat ovum masih dapat diproduksi menunjukkan bahwa sistem hormonal tersebut baik (Gustina & Safitri, 2022).

Ketika mencapai usia 18 tahun biasanya menstruasi pada wanita lebih teratur. Pada saat dilakukan penyelidikan terhadap 4000 wanita, ternyata yang mempunyai siklus menstruasi teratur hanya 3%. Hampir semua wanita mengalami siklus menstruasi yang kurang teratur setiap bulannya. Seseorang tidak memiliki pola siklus tertentu ketika siklus menstruasinya tidak teratur. Contohnya siklus menstruasi yang waktunya sangat panjang, ketika menstruasi terjadi lebih dari 35 hari disebut dengan oligomenore, siklus menstruasi yang waktunya pendek disebut dengan polimenore artinya dalam sebulan mengalami menstruasi lebih dari sekali atau kurang dari 21 hari, ketika tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan disebut dengan amenore (Nurlaila et al., 2015).

3. Fase Siklus Menstruasi

Fase siklus menstruasi dapat dikelompokkan menjadi beberapa fase, yaitu:

a. Fase proliferasi

Fase proliferasi dialami ketika saat pra ovulasi. Pada fase ini folikel menghasilkan estrogen dan progesteron sehingga mengalami hiperplasia atau penebalan pada dinding rahim untuk mempersiapkan melekatnya embrio apabila sel telur dibuahi oleh sperma. Estrogen memicu kelenjar pituitary untuk menghasilkan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*), produksi LH akan memicu pengeluaran sel telur dari folikel yang telah matang yang disebut dengan proses ovulasi.

b. Fase sekretorik

Fase sekretorik dialami ketika pasca ovulasi. Folikel yang telah melepaskan sel telur akan berubah menjadi korpus luteum. Sel telur akan bergerak menuju tuba fallopi, jika tidak terjadi pembuahan maka akan ada sinyal tertentu ke korpus luteum untuk tidak memproduksi estrogen dan progesteron lagi. Pada fase ini estrogen dan progesteron

rendah sehingga jaringan dinding rahim rusak dan pembuluh darah pecah, kemudian akan mengalami menstruasi.

c. Fase menstruasi

Fase menstruasi dialami ketika sel telur atau ovum tidak dibuahi oleh sperma sehingga lapisan endometrium akan meluruh. Pada fase ini hormon estrogen dan progesteron mengalami penurunan. Ketika mengalami penurunan tersebut maka vasokonstriktor dari prostaglandin akan dilepaskan sebagai tanda adanya mediator inflamasi. Sehingga jaringan tersebut akan mengalami pengelupasan. Hal tersebut juga akan memicu terjadinya kontraksi rahim yang dapat menyebabkan semua isi rahim keluar (Mutiarra & Pratiwi, 2017).

C. Dismenore

1. Definisi

Dismenore atau nyeri menstruasi adalah kondisi dimana tubuh mengalami keluhan rasa nyeri, hal ini terjadi karena terdapat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah. Wanita yang mengalami dismenore primer dapat disebabkan karena wanita tersebut memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak sehingga hal tersebut akan meningkatkan kontraksi pada uterus (Made & Dewi, 2013). Dismenore sekunder bisa dialami ketika wanita tersebut mengalami kelainan, misalnya terdapat radang usus buntu (apendisitis), gangguan pada endometrium (endometriosis), infeksi pada pelvis (daerah panggul), kelainan organ pencernaan, tumor rahim, dan kelainan ginjal (Sutrisno, 2022).

2. Epidemiologi

Di dunia angka kejadian dismenore sangat besar. Sekitar 10-15% wanita merasakan dismenore berat dengan angka kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%), menurut WHO. Menurut Internasional angka kejadian dismenore sangat tinggi antara 45-90% yang dialami oleh wanita ketika menstruasi. Nyeri menstruasi dialami oleh wanita di setiap negara hampir 50%. Sekitar 55% wanita di Indonesia dengan usia produktif mengalami dismenore saat menstruasi. Dismenore bukanlah suatu hal yang berbahaya namun hal ini sering dirasa mengganggu aktivitas dalam sehari-hari. Di Indonesia angka kejadian dismenore primer sekitar 54,89%, sedangkan sisanya penderita dengan dismenore sekunder. Di Jawa Timur yang mengalami dismenore primer sebesar 56,589% jiwa dan terjadi pada remaja reproduktif yang berusia 10-24

tahun (Rambe et al., 2019).

3. Klasifikasi Dismenore

Klasifikasi dismenore dikelompokkan menjadi dua macam, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder.

1. Dismenore primer

Dismenore primer dapat diartikan sebagai nyeri menstruasi tanpa adanya kelainan pada genital. Pada dismenore primer, nyeri biasanya dimulai beberapa jam sebelum atau sesaat setelah menstruasi dan berlangsung sekitar 48 – 72 jam. Nyeri terasa pada bagian abdomen bawah dan nyeri tersebut dapat menyebar ke bagian lain, biasanya pada bagian bawah punggung, hal tersebut termasuk tanda dan gejala dari dismenore primer (Tabari et al., 2020). Rasa nyeri tersebut bisa berupa nyeri tumpul, tajam, dan juga rasa kram. Adapun keluhan lain yang dapat dialami berupa mual dan muntah, pusing, emosi dan mood yang labil, diare, lemas, dehidrasi, bahkan bisa sampai pingsan jika tidak kuat menahan rasa nyeri tersebut (Kristianingsih, 2017).

2. Dismenore sekunder

Dismenore sekunder yaitu nyeri menstruasi yang biasanya disebabkan karena adanya kelainan ginekologik seperti gangguan pada rahim (endometriosis), infeksi rahim yang disebabkan karena adanya bakteri, tumor sekitar kandung atau kelainan pada rahim yang bisa mengganggu organ dan jaringan sekitarnya, dan kista pada uterus. Pemakaian alat kontrasepsi *Intra Uteri Device (IUD)* juga merupakan penyebab dari dismenore sekunder. Dismenore sekunder sering dialami pada wanita usia 25 sampai 33 tahun keatas dan jarang sekali terjadi pada remaja (Ammar, 2016).

4. Derajat Nyeri

Klasifikasi dismenore dapat diketahui berdasarkan intensitas nyeri yang dialami. Klasifikasi intensitas nyeri dismenore menurut *Multidimensional Scoring of Andersch and Milsom* sebagai berikut :

a) Dismenore Ringan

Dismenore ringan terjadi ketika seseorang mengalami nyeri pada saat menstruasi. Nyeri dapat muncul dan hilang dengan sendirinya. Tidak terlalu

mengganggu aktivitas sehari-hari dan penderita masih dapat menahan rasa nyeri tersebut. Bisa hilang ketika beristirahat dan tanpa perlu adanya pengobatan.

b) Dismenore Sedang

Dismenore sedang merupakan nyeri yang biasanya muncul pada hari kesatu dan kedua saat menstruasi. Nyeri di bagian bawah perut atau daerah hipogastrik. Nyeri ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Namun beberapa wanita masih dapat menahan rasa nyeri tersebut. Sehingga diperlukan istirahat yang cukup dan meminum obat penurun nyeri.

c) Dismenore Berat

Dismenore berat dapat ditandai dengan adanya nyeri saat menstruasi yang terletak pada bawah perut. Nyeri tersebut menjalar sampai ke pinggang atau bagian tubuh lainnya. Biasanya disertai dengan adanya gejala-gejala lain, seperti mual, muntah, pusing, sakit kepala, diare, bahkan sampai pingsan. Diperlukan tatalaksana yang tepat karena pada dismenore berat ini sangat mengganggu aktivitas. Dan kebanyakan wanita tidak dapat menahan rasa sakit tersebut hingga menangis, teriak, bahkan sampai pingsan. Sehingga diperlukan istirahat dan meminum obat penurun nyeri (Wulandari et al., 2018).

5. Patofisiologi

Patofisiologi dismenore primer yaitu disebabkan karena adanya prostaglandin $F2\alpha$ ($PGF2\alpha$). Kontraksi miometrium yang kuat dan terjadi penyempitan atau vasokonstriksi pada pembuluh darah disebabkan karena adanya efek dari kadar prostaglandin. Peningkatan $PGF2\alpha$ dalam endometrium dapat menurunkan hormon progesteron pada saat fase luteal. Hal tersebut juga membuat membrane lisosomal tidak stabil dan ezim lisosomal akan dilepaskan. Pelepasan enzim phospholipase A2 juga dapat terjadi ketika ezim lisosomal dilepaskan. Kemudian menjadi $PGF2\alpha$ dan prostaglandin E2 ($PGE2$) melalui siklus endoperoxidase dengan perantara prostaglandin H2 ($PGH2$) dan prostaglandin G2 ($PGG2$). Peningkatan pada tonus miometrium dan kontraksi uterus yang berlebihan disebabkan karena kadar prostaglandin yang meningkat sehingga hal tersebut dapat menyebabkan dismenore. Sedangkan ketika terjadi adanya masalah patologis di rongga panggul maka wanita tersebut mengalami dismenore sekunder (Wulandari et al., 2018).

6. Tanda dan Gejala

Tanda dan gejala dari dismenore yaitu umumnya ketika terdapat nyeri bagian bawah perut pada saat menstruasi dan biasanya dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Rasa nyeri yang seperti tertarik pada bagian paha dalam, mual, kram perut, muntah, sakit kepala dan pusing merupakan suatu tanda dan gejala lain yang dapat dialami ketika menstruasi. Gejala tersebut dapat timbul ketika sebelum dan selama wanita tersebut mengalami menstruasi. Karena adanya produksi hormon prostaglandin yang tinggi sehingga dapat timbul gejala tersebut (Yappenda & Utara, 2015).

D. Remaja

1. Definisi Remaja

Remaja dapat diartikan sebagai peralihan masa dari anak-anak ke dewasa. Pada saat remaja dapat terjadi perkembangan yang pesat pada fisik, emosional, serta mental (Batubara, 2016). Dikatakan remaja (*adolescence*) ketika mereka menginjak usia 10-19 tahun, menurut WHO. Biasanya mulai dari usia 14 tahun pada pria dan usia 12 tahun pada wanita (Husanah, 2019). Sementara itu, remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal atau pertama ketika berusia 11-14 tahun, remaja menengah ketika berusia 15-17 tahun, dan remaja akhir ketika berusia 18-21 tahun. Dikatakan remaja ketika rentang usia antara 11 sampai 21 tahun, menurut *The Health Resources and services Administrations Guedilines Amerika Serikat*. Pada remaja putri paling sering ditandai dengan suatu perubahan dan perkembangan biologis, yaitu organ reproduksi dan genital sudah mulai mengalami perubahan yang ditandai dengan datangnya menstruasi setiap bulan pada wanita dan mimpi basah pada pria (Ilmi, 2018).

E. Sumber Pustaka

Tabel II.1 Tabel Sumber Pustaka

No.	Nama, Judul, Tahun	Metode penelitian	Hasil penelitian

1.	Astuti, S. A., Juwita, F., & Fajriyah, A. (2020). Pengaruh Pemberian Kunyit terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi. <i>Indonesian Journal of Midwifery (IJM)</i> , 3(2), 143.	Quasy eksperimen, pretest-posttest control group design	Berdasarkan hasil uji disimpulkan bahwa pemberian kunyit berpengaruh terhadap penurunan nyeri menstruasi.
2.	Hidayah, N., Kebidanan, A., Negeri, S., & Timur, S. (2022). Efektivitas Rebusan Kunyit Terhadap Dismenorea Primer. <i>Jurnal Endurance</i> , 6(3), 666–672. https://doi.org/10.22216/jen.v6i3.670	Pra eksperimen, one group prepost-test design	Terdapat pengaruh ketika minum kunyit terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi.
3.	Safitri, M., & Safitri, M. (2018). Efektifitas Minuman Kunyit Dalam Penurunan Skala Nyeri Haid. <i>Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan</i> , 10(1), 47–53. https://doi.org/10.35960/vm.v10i1.390	Quasi eksperimen, pre and posttest design	Rebusan kunyit dapat berpengaruh terhadap penurunan nyeri menstruasi.
4.	Rezkiyanti, A., & Rusli, R. (2022). Efektivitas Minuman Kunyit Sebagai Terapi Dismenore Primer Terhadap Penurunan Skala Nyeri. <i>Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas</i> , 3(2), 59. https://doi.org/10.52742/jgkp.v3i2.15500	Pre eksperimen, one group pretest dan posttest design	Terdapat pengaruh efektivitas pemberian minuman herbal kunyit terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi.
5.	Sari, E. M. (2020). Efektivitas Minuman Kunyit Untuk Mengurangi Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore Primer. <i>Jurnal Kesehatan Dan Sains Terapan STIKES Merangin</i> , 6(1),	Quasi eksperimen, pretest-posttest design	Pemberian minuman kunyit dapat berpengaruh terhadap penurunan nyeri menstruasi atau

	1-5.		dismenore primer pada remaja wanita.
6.	Ulfa, R. F., & Mustikawati, A. K. (2021). Pengaruh Kunyit Asem Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Mahasiswi Semester 3 Di Akbid Harapan Mulya Ponorogo Tahun 2020. <i>Jurnal Delima Harapan</i> , 8(1), 86-90. https://doi.org/10.31935/delima.v8i1.121	Eksperimental, quasi eksperimen, pre and posttest design	Hasil penelitian menunjukkan minuman kunyit memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri dismenorea.
7.	Afrioza, S., & Srimulyati, S. (2022). Pengaruh Minuman Kunyit Untuk Mengatasi Nyeri Haid Pada Remaja Di Desa Sukasari. <i>Journal of Nursing Practice and Education</i> , 2(02), 99-108. https://doi.org/10.34305/jnpe.v2i2.463	Quasi Eksperimen, one group pretest and posttest	Terdapat pengaruh yang signifikan, pada intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit pada usia remaja.