E-ISSN XXXX - XXXX
MERAPI: Medical Research and Public Health Information Journal

VOLUME 1 NOMOR 3 SEPTEMBER 2024
Diterima: 09 Oktober 2024 | Direvisi: 26 Oktober 2024 | Disetujui: 08 November 2024

Pengaruh Pemberian Serbuk Jahe Terhadap Dismenorea pada Akseptor KB IUD di Puskesmas Kecamatan Tuban

Julia Anik Yustika Candra Dewi[1], Umu Qonitun[2], Dwi Kurnia Purnama Sari[3], Tri Yunita Fitria Damayanti[4]
[1,2,3,4]Program Studi Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban
Email: tikatuban14@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea is a common condition among women, including IUD contraceptive users, which can disrupt daily activities. The treatment of dysmenorrhea can be both pharmacological and non-pharmacological. One effective non-pharmacological therapy is the use of ginger powder, which has analgesic and anti-inflammatory properties. This study aims to analyze the effect of ginger powder on the intensity of dysmenorrhea pain in IUD contraceptive users at the Tuban District Health Center. This research used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 16 IUD users who met the inclusion criteria. Data were analyzed using the Wilcoxon test with a significance level of 0.05. A total of 11 IUD users (68.75%) experienced mild pain, 4 users (25%) had moderate pain, and 1 user (6.25%) had severe pain. The Wilcoxon test results showed a significant reduction in dysmenorrhea pain intensity after the administration of ginger powder, with a Sig value of 0.001 ($p < 0.05$). Before taking ginger powder, most respondents experienced mild dysmenorrhea, while after administration, half of them no longer experienced dysmenorrhea. The administration of ginger powder is effective in reducing dysmenorrhea pain in IUD users at the Tuban District Health Center. It is recommended that IUD users utilize ginger powder as a non-pharmacological alternative to reduce dysmenorrhea pain. This study can also serve as a reference for community service and non-pharmacological pain management.

Keywords: *Dysmenorrhea, Ginger Powder, IUD Users.*

Abstrak

Dismenorea adalah kondisi yang umum terjadi pada wanita, termasuk pada akseptor KB IUD, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Pengobatan dismenorea dapat dilakukan secara farmakologi dan non-farmakologi. Salah satu terapi non-farmakologi yang efektif adalah penggunaan serbuk jahe, yang memiliki sifat analgesik dan antiinflamasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian serbuk jahe terhadap intensitas nyeri dismenorea pada akseptor KB IUD di Puskesmas Kecamatan Tuban. Metode Penelitian ini menggunakan desain quasy eksperimental dengan rancangan one group pretest-posttest. Sampel terdiri dari 16 akseptor KB IUD yang memenuhi kriteria inklusi. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dengan taraf signifikansi 0,05. Sebanyak 11 Akseptor IUD atau (68,75%) mengalami nyeri skala ringan, sebanyak 4 Akseptor atau (25%) mengalami nyeri sedang dan sedangkan 1 orang atau (6,25%) mengalami nyeri berat. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan pada intensitas nyeri dismenorea setelah pemberian serbuk jahe dengan nilai Sig = 0.001 ($p < 0.05$). Sebelum pemberian serbuk jahe, sebagian besar responden mengalami dismenore ringan, sementara setelah pemberian, setengah dari mereka tidak lagi mengalami dismenore. Pemberian serbuk jahe efektif dalam mengurangi tingkat nyeri dismenore pada akseptor KB IUD di Puskesmas Kecamatan Tuban. Disarankan agar akseptor KB IUD menggunakan serbuk jahe

sebagai alternatif non-farmakologis untuk mengurangi nyeri dismenore. Penelitian ini juga dapat menjadi acuan untuk pengabdian masyarakat dan penanganan nyeri non-farmakologis.

Kata Kunci: Akseptor KB IUD, Dismenorea, Serbuk Jahe.

PENDAHULUAN

Kontrasepsi merupakan cara untuk mencegah terjadinya kehamilan sebagai akibat pertemuan antar sel telur dengan sperma. Kontrasepsi dalam keluarga berencana untuk mencegah kehamilan merupakan pilihan metode yang dianjurkan pemerintah. Kontrasepsi yang berkualitas diperlukan untuk memperoleh hasil yang baik, sehingga kesehatan sesksual dan kesehatan reproduksi meningkat baik bagi penggunanya (Damayanti et al., 2021). Alat Kontrasepsi dalam Rahim (AKDR) adalah metode kontrasepsi dengan memasukkan alat ke dalam rahim yang memiliki bentuk yang bervariasi, terdiri dari plastik *polyetahunylene.* AKDR memiliki efektifitas yang tinggi yaitu 0,6 – 0,8 kehamilan/100 perempuan dalam 1 tahun pertama atau dengan tingkat kegagalan 1 kegagalan dalam 125-170 kehamilan (Hidayatul Ainiyah et al., 2020).

Pada tahun 2020, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) melaporkan jumlah akseptor KB yang masih aktif di antara Pasangan Usia Subur (PUS) sebesar 67,6%, meningkat dari jumlah tahun sebelumnya sebesar 63,31% menurut data Profil Keluarga Indonesia pada tahun 2019. Di sisi lain, di Jawa Tengah, jumlah peserta KB dari pasangan usia subur sebanyak 6.652.451 orang, dengan penggunaan kontrasepsi IUD sebesar 9,1 persen dari total akseptor KB.

Dismenorea adalah suatu kondisi yang terjadi ketika menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, yang membutuhkan penanganan untuk mengatasi sakit perut dan nyeri tekan pada panggul (Novianti et al., 2023). Pada akseptor KB IUD yang mengalami Dismenorea diakibatkan dari terjadi iritasi pada dinding rahim lengan transversal IUD yang dianggap sebagai salah satu alasan dismenore. . yang terjadi karena penyakit tertentu. Umumnya wanita yang berusia lebih dari 25 tahun yang sering mengalami ganguan ini. Pengobatan Dismenorea dapat menggunakan farmakologi dan nonfarmakologi. Melalui farmakologi dengan menggunakan analgesik sebagai obat pereda nyeri, sedangkan nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri dengan serbuk olahan jahe karena jahe mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang memiliki efek analgesik (pereda nyeri) dan antiinflamasi (mengurangi peradangan).

Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2012, sebesar 62 % akseptor keluarga berencana (KB) memakai alat kontrasepsi alami serta alat kontrasepsi modern. Hanya 4% yang menggunakan IUD, 3% implan, 32% suntikan, serta 14% pil. Dari data tersebut menunjukkan jika pemakai alat kontrasepsi jangka panjang seperti IUD masih rendah. Beberapa alasan dikemukakan pengguna alat kontrasepsi adalah pemakaian diberhentikkan setelah lebih dari 12 bulan penggunaan karena mengalami kegagalan, keinginan mempunyai anak lagi, mencoba berganti metode serta berbagai jenis alasan lain. Sedangkan bagi akseptor KB yang berhenti padahal pemakaian sudah lebih dari 5 tahun, adalah dengan alasan efek samping (14,4%) dan 19.232 kasus (27,7%) untuk IUD itu sendiri.

Di Indonesia sendiri akseptor KB terjadi peningkatan dari 37.338.265 menjadi 23.606.218 pasangan usia subur. Dan dari Puskesmas Banjarnegara 2 pada tahun 2021 didapatkan data akseptor KB Implant ada 117 orang, pil 8 orang, kondom 2 orang, suntik 3 bulan 265 orang, dan IUD sebanyak 302 orang. Dari data tersebut akseptor KB IUD dengan keluhan Dismenorea terdapat 8 kasus Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,25%, terdiri dari 54,89% penderita dismenore primer dan 9,36% penderita dismenore sekunder (Kashefi et al., 2024).

Paparan di atas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Serbuk Jahe Terhadap *Dismenorea* Pada Akseptor KB IUD. Penelitian ini akan dilakukan di Puskesmas Kecamatan Tuban. Penelitian ini mengenai *Dismenorea* Pada Akseptor KB IUD. Oleh karena itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Serbuk Jahe Terhadap *Dismenorea* Pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban.

Upaya-upaya penanganan Dismenorea yang dapat dilakukan untuk yang ingin mengurangi nyeri ketika mengalami Dismenorea yaitu dengan cara penanganan farmakologi dan non farmakologi. Upaya

penanganan Dismenorea dengan farmakologi yaitu menggunakan jenis obat prostaglandin inhibitor yaitu dengan *NSAID (Non Steroidal Anti inflammatory Drugs)* dan analgetik. Jenis obat yang paling banyak digunakan adalah asam mefenamat. Penanganan dengan cara non farmakologi terdiri dari pemberian kompres hangat, terapi musik, mengkonsumsi jamu kunyit asam, melakukan pijatan, minum serbuk jahe dan olahraga senam yang teratur (Kuminah et al., 2023). Penanganan terapi ramuan herbal dapat dilakukan dengan cara menggunakan obat tradisional yang berasal dari bahan-bahan tanaman.

KAJIAN PUSTAKA

Kontrasepsi

Kontrasepsi berasal dari kata kontra dan konsepsi, yang masing-masing berarti mencegah atau melawan. Sementara itu, konsepsi berarti proses bertemunya sel telur (ovum) dan sel sperma, yang menyebabkan pembuahan dan menyebabkan pada periode kehamilan. Dengan kata lain, kontrasepsi berarti mencegah sel telur (ovum) dan sel sperma bertemu untuk mencegah pembuahan. Strategi untuk menghindari kehamilan dikenal sebagai kontrasepsi. Bisnis ini dapat bersifat permanen atau sementara. Kontrasepsi berarti mencegah sel telur terbuahi oleh sel sperma (konsepsi) atau mencegah sel telur yang telah dibuahi menempel ke dinding rahim (Hidayatul Ainiyah et al., 2020).

Kontrasepsi adalah usaha untuk mencegah kehamilan, yang dapat berlangsung sementara atau permanen. Namun, Mochtar menyatakan bahwa kontrasepsi adalah metode untuk mencegah kehamilan dengan menggunakan obat-obatan atau alat. Mochtar juga mengatakan bahwa keluarga berencana adalah mencoba mengurangi atau merencanakan berapa banyak kehamilan yang akan terjadi dengan menggunakan kontrasepsi. Kontrasepsi, menurut BKKBN, adalah metode untuk mencegah kehamilan karena pertemuan sel telur yang matang dengan sel sperma (Hidayatul Ainiyah et al., 2020).

Kontrasepsi IUD

Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (IUD) Adalah satu alat kontrasepsi modern yang telah dirancang sedemikian rupa (baik, bentuk, ukuran, bahan dan masa aktif fungsi kontrasepsinya) yang dimasukan kedalam rahim yang sangat efektif, reversibel, dan berjangka panjang, dapat dipakai oleh semua perempuan usia reproduktif sebagai suatu usaha pencegahan kehamilan (Damayanti et al., 2021).

Dismenorea

Dismenorea adalah Nyeri yang muncul selama menstruasi, biasanya kram dan terletak di bagian bawah perut, disebut menstruasi. Menstruasi biasanya diikuti dengan mulas atau nyeri, tetapi nyeri Menstruasi dapat bervariasi dari yang ringan hingga yang berat. Namun, nyeri Menstruasi yang parah yang dapat menyebabkan wanita datang ke dokter atau mengobati dirinya sendiri dengan obat anti nyeri adalah apa yang dimaksud dengan *dismenore* dalam artikel ini (Kamalah et al., 2023).

Nyeri

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Nyeri adalah alasan seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan. Menurut *Smeltzer & Bare, International Association for the Study of Pain (IASP)* mendefinisikan nyeri sebagai suatu sensori subyektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial atau yang dirasakan dalam kejadian-kejadian di mana terjadi kerusakan. Nyeri biasa terjadi karena adanya rangsangan mekanik atau kimia pada daerah kulit di ujung ujung syaraf bebas yang disebut nosireseptor. (Judha, M, 2012).

Jahe

Jahe *(Zingiber officinale)* adalah tumbuhan berbunga dari famili *Zingiberaceae,* yang rimpangnya digunakan sebagai rempah-rempah dan obat tradisional. Definisi ilmiah lebih terinci dapat menggambarkan jahe sebagai tumbuhan monokotil dengan sistem akar rimpang yang terletak di tanah. Nama ilmiahnya, *Zingiber officinale*, mencerminkan klasifikasi tumbuhan ini dalam genus *Zingiber* (Hurin'in & Damayanti, 2023).

E-ISSN XXXX - XXXX
MERAPI: Medical Research and Public Health Information Journal

Jahe mengandung berbagai senyawa aktif, termasuk *gingerol*, *shogaol*, dan *zingerone*, yang memberikan sifat-sifat antiinflamasi, antioksidan, dan antikanker. Tumbuhan ini memiliki daun hijau panjang dan bunga yang tumbuh dari rimpangnya.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *quasy eksperimental* peneliti ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat, dimana penelitian ini dilakukan pada satu kelompok subjek yang diobservasi sebelum dilakukan perlakuan, kemudian di observasi lagi setelah diberikan perlakuan (Suiraoka et al., 2019). Membandingkan nyeri menstruasi *(Dismenorea)* sebelum diberikam serbuk olahan jahe dan setelah pemberian serbuk olahan jahe.

Pemilihan metode *one group pretest-posttest design* didasarkan pada kebutuhan untuk memungkinkan adanya suatu perbandingan yang kompleks antara kelompok pengkajian efek dari pra-test pada nilai pasca-test. Rancangan ini juga mampu menetralkan kelemahan rancangan rancangan sebelumnya (Munir et al., 2022).

Tabel 1 Desain Penelitian

Pre	Perlakuan	Post- test
T1	X	T2

Keterangan :
T1 : observasi tingkat nyeri sebelum diberikan serbuk jahe
X : perlakuan/tindakan serbuk jahe
T2 : observasi tingkat nyeri sesudah diberikan serbuk jahe

Populasi penelitian ini adalah 22 akseptor IUD di Puskesmas Kecamatan Tuban dari tahun 2022-2023. Pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus Federer untuk menentukan jumlah sampel tiap kelompoknya dengan total sampel adalah 16 responden. Peneliti telah menetapkan kriteria sampel sebagai berikut kriteria inklusi terdiri dari wanita usia subur yang menggunakan KB IUD, mengalami *dismenorea*, tidak memiliki alergi jahe, tidak memiliki penyakit kronis seperti gastritis, maag, atau penyakit pencernaan lainnya dan bersedia menjadi responden penelitian, adapun kriteria eksklusi terdiri dari wanita yang sedang hamil atau menyusui, wanita yang mengonsumsi obat-obatan tertentu yang dapat berinteraksi dengan jahe, seperti obat antikoagulan, obat antidepresan, atau obat penurun gula darah, wanita yang memiliki riwayat penyakit ginekologi seperti endometriosis, kista ovarium, atau mioma uteri, wanita yang sedang mengikuti pengobatan tradisional atau alternatif lainnya untuk mengatasi *dismenorea* dan wanita yang memiliki gangguan pembekuan darah atau sedang mengalami perdarahan hebat saat menstruasi.

Teknik *sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah *Simple Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan acak sederhana setiap anggota populasi mempunyai peluang yang sama untuk terambil. (Rahayu, 2022). Jumlah sampel yang pada penelitian ini 22 akseptor KB IUD di Puskesmas Kecamatan Tuban dari Tahun 2022-2023. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner, lembar observasi, serbuk olahan jahe, SOP serbuk jahe. Lokasi penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kecamatan Tuban. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Desember 2023-Agustus 2024

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kecamatan Tuban yang terletak di Di Jl. DR. Wahidin Sudiro Husodo, No. 45, Sidorejo, Kec. Tuban, Kabupaten Tuban. Puskesmas (Pusat Kesehatan Masyarakat) Kecamatan Tuban adalah fasilitas kesehatan yang menyediakan layanan medis dasar untuk

masyarakat di Kecamatan Tuban, Kabupaten Tuban, Provinsi Jawa Timur. Sebagai puskesmas kecamatan, tempat ini berperan penting dalam memberikan pelayanan kesehatan primer kepada penduduk setempat. Berikut adalah Fasilitas Di Puskesmas Kecamatan Tuban.

Tabel 2. Fasilitas Puskesmas Kecamatan Tuban Pada 1 Juli – 5 Juli Tahun 2024

No.	Fasilitas	Jumlah
1.	Pelayanan Kesehatan Umum	1
2.	Pelayanan Kesehatan Ibu Dan Anak (KIA)	1
3.	Pelayanan Gizi	1
4.	Pelayanan Imunisasi	1
5.	Pelayanan Kesehatan Gizi Dan Mulut	1
6.	Pelayanan Laboratorium	1
7.	Promosi Kesehatan Pencegahan Penyakit	1
	Total	**7**

1) Visi
   "Terwujudnya Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Yang Bermutu Di Wilayah Kerja Puskesmas Tuban."
2) Misi
   a. Meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dasar rujukan
   b. Meningkatkan kompetensi tenaga kesehatan puskesmas
   c. Meningkatkan sarana dan prasarana penyelenggaraan pelayanan kesehatan di puskesmas dan jaringannya

Data Umum Responden

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Usia

No.	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	20-25	3	18.75
2.	26-30	4	25
3.	>30	9	56.25
	Total	16	100

Sumber: Data Primer Peneliti 2024

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui sebagian besar responden di Puskesmas Kecamatan tuban berusia >30 tahun atau (56,25) dan sebagian kecil berusia 20-25 tahun atau (18,75%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis IUD

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis IUD

No.	Jenis IUD	Frekuensi	Persentase (%)
1.	IUD Tembaga (Copper IUD)	12	75
2.	IUD Hormonal (Hormonal IUD)	4	25
	Total	16	100

Sumber : Data Primer Peneliti 2024

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui sebagian besar responden di Puskesmas Kecamatan Tuban Memakai Jenis IUD Tembaga sebanyak 12 orang atau (75%) sedangkan sebagian kecil memakai IUD Hormonal sebanyak 4 atau (25%)

E-ISSN XXXX - XXXX
MERAPI: Medical Research and Public Health Information Journal

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No.	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	SD	2	12.5
2.	SMP	6	37.5
3.	SMA	8	50
4.	Perguruan Tinggi	0	0,00
	Total	**16**	**100**

Sumber: Data Primer Peneliti 2024

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui sebagian besar responden di Puskesmas Kecamatan Tuban Berpendidikan SMA sebanyak 8 orang atau (50%) sedangkan sebagian kecil Berpendidikan SD sebanyak 2 orang atau (12,5%).

Data Khusus Responden

Tingkat Dismenorea Sebelum dan Sesudah Pemberian Serbuk Jahe Tingkatan Dismenorea responden sebelum dan sesudah diberikan serbuk jahe dapat dilihat di tabel berikut ini.

Tabel 6 Distribusi frekuensi *dismenorea* sebelum pemberian serbuk jahe pada bulan Juli 2024

Dismenorea	**Sebelum**	
	Frekuensi	**Persentase**
Tidak *Dismenorea*	0	0.00
Dismenorea Ringan	11	68.75
Dismenorea Sedang	4	25
Dismenorea Berat	1	6.25
Total	**16**	**100**

Sumber: hasil olah data dari SPSS pada Akseptor KB IUD di Puskesmas kecamatan Tuban Tahun 2024.

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 16 responden saat sebelum diberikan intervensi serbuk jahe, sebanyak 11 Akseptor IUD atau (68,75%) mengalami *dismenorea* skala ringan, sebanyak 4 Akseptor atau (25%) mengalami *dismenorea* sedang dan sedangkan 1 orang atau (6,25%) mengalami *dismenorea* berat.

Tabel 7 Distribusi frekuensi *dismenorea* setelah pemberian serbuk jahe di puskesmas kecamatan Tuban pada bulan Juli 2024

Dismenorea	**Sesudah**	
	Frekuensi	**Persentase**
Tidak *Dismenorea*	8	50
Dismenorea Ringan	7	43.75
Dismenorea Sedang	1	6.25
Dismenorea Berat	0	0.00
Total	**16**	**100**

Sumber: hasil olah data dari SPSS pada Akseptor KB IUD di Puskesmas kecamatan Tuban Tahun 2024

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi terapi serbuk jahe, sebanyak 8 Akseptor IUD atau (50%) mengalami penurunan *dismenorea* menjadi tidak *dismenorea*, sebanyak 7 akseptor IUD atau (43,75%) menjadi *dismenorea* ringan, sebanyak 1 Akseptor IUD atau (6,25%) menjadi *dismenorea* sedang Berdasarkan Uji Statistik Wilcoxon didapatkan p-value = 0,01 maka H1 Di terima dan H0 Ditolak, yang artinya terdapat pengaruh Pemberian Serbuk jahe Terhadap Penurunan Dismenorea pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban.

Tabel 8 Tabulasi Silang Pengaruh Pemberian Serbuk Jahe terhadap Dismenorea pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban

	Sebelum		Sesudah		
Dismenorea	***f***	**%**	***f***	**%**	**Perubahan**
Tidak *Dismenorea*	0	0,00	8	50	+8 (50%)
Dismenorea Ringan	11	68.75	7	43.75	-4 (25%)
Dismenorea Sedang	4	25	1	6.25	-3 (18.75%)
Dismenorea Berat	1	6.25	0	0,00	-1 (6.25%)
Total	**16**	**100**	**16**	**100**	
p -value : 0,001					

Sumber: Data Primer peneliti 2024

Berdasarkan Tabel 8 dapat diketahui bahwa pemberian serbuk jahe berpengaruh positif dalam mengurangi intensitas dismenorea pada akseptor KB IUD di Puskesmas Kecamatan Tuban. Setelah pemberian serbuk jahe, terdapat peningkatan jumlah responden yang tidak mengalami nyeri dan penurunan jumlah responden yang mengalami *dismenorea* ringan, *dismenorea sedang*, dan berat. Hal ini mengindikasikan bahwa serbuk jahe dapat menjadi intervensi yang efektif dalam manajemen *dismenorea* pada akseptor KB IUD.

Analisa Penelitian

Analisis dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon dengan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 26 dengan tingkat kemaknaan α = 0,05 diperoleh nilai Sig = 0.001 di mana 0.001 < 0.05 yang berarti Ha diterima. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan terdapat Pengaruh Pemberian Serbuk Jahe Pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban.

Pembahasan

Identifikasi Nyeri *Dismenorea* Sebelum Diberikan Serbuk Jahe Pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban Tahun 2024.

Berdasarkan hasil penelitian ini tingkat dismenore pada tabel 5.5 menunjukkan bahwa tingkat dismenorea sebelum dilakukan perlakuan pemberian serbuk jahe di dapatkan 11 Akseptor KB IUD mengalami nyeri skala ringan, 4 Akseptor nyeri skala sedang dan 1 Akseptor KB IUD mengalami nyeri skala berat. Pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan Akseptor KB IUD berusia 20-25 tahun yaitu 3 responden, Akseptor KB IUD berusia 26-30 tahun berjumlah 4 responden, Akseptor KB IUD berusia >30 tahun 9 responden. Berdasarkan tabel 5.3 sebanyak 2 Akseptor KB IUD, Berpendidikan SD, sebanyak 6 Akseptor KB IUD Berpendidikan SMP dan sebanyak 8 Akseptor KB IUD Berpendidikan SMA oleh karena itu diperlukan alternatif penatalaksanaan lain yaitu Pemberian minuman serbuk jahe.

Dismenore ini merupakan nyeri sebelum atau sewaktu haid. Gangguan ini biasanya mulai terjadi pada 24 jam sebelum terjadinya menstruasi maupun saat hari pertama menstruasi dan dapat terasa 24-48 jam. Kram tersebut dirasakan terutama dibagian perut bawah menjalar ke punggung atau permukaan dalam paha. Pada kasus dismenore berat, nyeri kram dapat disertai dengan muntah dan diare. dismenore apabila tidak diatasi akan mempengaruhi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan atau terapi secara farmakologis maupun non farmakologis (Khotimah & Lintang 2022).

Dismenore dapat ditangani dengan pemberian terapi farmakologis dan non-farmakologis. Obat *analgetikNon-Steroidal AntiInflammatory Drugs (NSAIDs*), seperti ibuprofen, asam mefenamat dan aspirin merupakan pengobatan *dismenore* dengan menggunakan terapi farmakologis. Penanganan dismenore secara non-farmakologi antara lain, kompres hangat, modifikasi diet, mengonsumsi minuman hangat, istirahat, tidur yang cukup, melakukan pemijatan dan mengonsumsi herbal seperti jahe (Febriyani, 2022).

Jahe memiliki sifat menghangatkan tubuh, analgetik, antipiretik, dan antiinflamasi ditemukan dalam jahe secara alami. Jahe mengandung minyak atsiri yang cukup tinggi, gingerol, shogaol

dan kurkumin alami yang efektif mengurangi nyeri *dismenore* (Oktarina et al., 2023).Jahe sebagai antiinflamasi memiliki cara kerja dengan menghambat aktivitas enzim dalam siklus *cyclooxygenase (COX),* sehingga menghalangi pelepasan enzim tersebut yang berkontribusi pada pembentukan prostaglandin yang memicu terjadinya inflamasi. Hal ini akan menurunkan mediator radang yang disebabkan oleh pembentukan prostaglandin. Maka dari itu, jahe sangat direkomendasikan untukperempuan yang mengalami dismenore (Oktarina et al., 2023).

Dismenore merupakan masalah kesehatan reproduksi yang paling umum terjadi pada akseptor KB IUD. Pengaruh negatif dari *dismenore* yaitu pada aspek psikologis dan ekonomi, yang pada dasarnya berdampak pada kualitas hidup remaja itu sendiri. Penyebab utama *dismenore* primer dikarenakan meningkatnya produksi prostaglandin didalam uterus, yang diinduksi oleh sitokin pro inflamasi dan dihasilkan dari *cyclooxygenase (COX).* Hal ini meningkatkan kontraksi miometrium, iskemia uterus, sensitivitas serabut nyeri, dan akhirnya menyebabkan nyeri saat menstruasi (Wulandara, 2023).

Nyeri menstruasi yang sering dikenal dengan *dismenore*, biasanya bersifat ringan dan tidak mengganggu rutinitas bagi sebagian perempuan. Namun, bagi sebagian lainnya nyeri menstruasi seringkali menimbulkan ketidaknyamanan, dan terkadang mengganggu rutinitas harian, kondisi ini terjadi pada 15% perempuan.Gejala dismenore biasanya mulai dirasakan 8-72 jam selama menstruasi (Budhi et al., 2022).

Dismenore ada 2 jenis, dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer merupakan nyeri pada perut bagian bawah selama menstruasi yang terjadi karena peningkatan sekresi hormon prostaglandin di endometrium, sehingga menimbulkan kontraksi yang sangat kuat di miometrium dan tidak disertai penyakit ginekologi. Dismenore sekunder merupakan nyeri pada perut bagian bawah selama menstruasi yang terjadi dikarenakan penyakit ginekologi, contohnya adanya kista ovarium atau endometriosis (Febriyani, 2022).

Penatalaksanaan *dismenore* dibagi menjadi 2, yaitu manajemen farmakologidan manajemen non-farmakologi. Manajemen farmakologi adalah penanganan yang paling sering dilakukan dengan mengonsumsi obat-obatan analgetik, yang dipercaya dapat menurunkan tingkatan nyeri menstruasi dengan efektif. Namun, jika penggunaan yang berlebihan dapat memunculkan beberapa masalah, seperti masalah terkait gastrointestinal, kardiovaskular, dan risiko perdarahan. Obat-obatan yang termasuk antiinflamasi non-steroid yang sering digunakan oleh masyarakat yaitu golongan analgetik seperti, parasetamol, aspirin, asam mefenamat, dan lain-lain (Wieminaty et al., 2023).

Penurunan intesitas dismenore yang dialami responden dikarenakan adanya impuls rasa hangat yang merupakan efek dari ekstrak jahe yang mengenai bagian yang terasa nyeri yaitu perut bagian bawah. Rasa hangat dari jahe direspon oleh ujung syaraf yang berada di dalam kulit dan sensitif terhadap suhu. Stimulasi ini mengirimkan impuls dari saraf tepi ke otak besar sehingga timbul kesadaran terhadap suhu lokal dan memicu reaksi tubuh untuk mempertahankan suhu normal tubuh.

Penanganan *dismenore* pada sebagian besar perempuan di asia lebih memilih untuk tidak menggunakan obat-obatan. Hal ini didasari oleh ketakutan akan adanya ketergantungan obat-obatan dan efek samping dari pemakaian obat-obatan tersebut. Beberapa penanganan *dismenore* secara Non-Farmakologi antara lain, kompres hangat, modifikasi diet, mengonsumsi minuman hangat, istirahat, tidur yang cukup, melakukan pemijatan dan mengonsumsi herbal seperti jahe, air kelapa hijau, serta kunyit (Febriyani, 2022).

Menurut Peneliti Dismenorea, Dismenorea yang sering terjadi pada akseptor KB IUD (Intrauterine Device) disebabkan oleh beberapa faktor yang berkaitan dengan sifat dan mekanisme kerja dari IUD itu sendiri. Nyeri ini umumnya dirasakan di bagian perut bawah dan dapat menjalar ke punggung bawah atau paha. Berikut penjelasan mengapa dismenorea terjadi pada Akseptor KB IUD tidak begitu peduli dengan cara mengatasi masalah yang mereka alami, Secara keseluruhan, dismenorea yang dialami oleh akseptor KB IUD sering kali merupakan hasil dari kombinasi faktor-faktor fisiologis dan mekanis terkait dengan keberadaan dan fungsi IUD di dalam rahim. yang mengalami dismenorea cenderung mengatasinya dengan membawa tidur, tidak ada satupun yang menanganinnya dengan olahraga, Latihan, atau mengkonsumsi obat herbal.

Identifikasi Nyeri *Dismenorea* Setelah Diberikan Serbuk Jahe Pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban Tahun 2024.

Berdasarkan distribusi frekuensi nilai setelah pemberian serbuk jahe pada Akseptor KB IUD menunjukkan bahwa Akseptor KB IUD yang mengalami penurunan nyeri menjadi tidak nyeri, dari nyeri sedang mengalami penurunan menjadi nyeri ringan. Hal ini ada perbedaan tingkat dismenore yang dirasakan Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban setelah dilakukan pemberian serbuk jahe.

Pada penelitian ini, dismenorea merupakan nyeri menstruasi yang umum dialami oleh wanita yang menggunakan IUD, dan sering kali ditandai dengan kram perut yang intens. Serbuk jahe dikenal memiliki sifat antiinflamasi dan analgesik yang dapat membantu mengurangi nyeri. sehingga dismenorea berkurang.

Pemberian serbuk jahe dianjurkan untuk dilakukan secara berkesinambungan dengan *frekuensi* minimal 3x dalam satu bulan. Penanganan *dismenore* dengan cara non farmakologi lebih aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping yang menyebabkan kerusakan ginjal, peningkatan resiko penyakit jantung, maupun menimbulkan reaksi alergi, sehingga dilakukan alternatif terapi non farmakologis salah satunya dengan pemberian serbuk jahe. Serbuk jahe adalah salah satu terapi yang dianjurkan untuk menghilangkan *dismenore*.(Kuminah et al., 2023)

Pada saat pemberian serbuk jahe dalam mengatasi *dismenore* melalui mekanisme Efek anti-inflamasi Jahe mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang memiliki sifat anti-inflamasi. Ini dapat membantu mengurangi peradangan di rahim yang berkontribusi pada dismenorea. Penghambatan prostaglandin Jahe mungkin menghambat produksi prostaglandin, hormon yang menyebabkan kontraksi rahim dan rasa sakit selama menstruasi. Peningkatan sirkulasi darah Jahe dapat meningkatkan aliran darah ke rahim, yang dapat membantu mengurangi kram dan ketidaknyamanan.

Efek analgesik Senyawa dalam jahe mungkin memiliki efek pereda nyeri alami yang membantu mengurangi nyeri. Relaksasi otot dapat membantu melemaskan otot-otot rahim, mengurangi intensitas kram menstruasi. Antioksidan dalam jahe dapat membantu mengurangi stres oksidatif yang mungkin berkontribusi pada gejala menstruasi.(Hamsidi, 2021).

Menurut peneliti memberikan serbuk jahe dapat menurunkan intensitas nyeri dismenore. Akan tetapi semua tergantung terhadap ketelatenan daripada individu sendiri dalam meminum serbuk jahe. Dalam penelitian ini peneliti sudah memberikan informasi tentang pemberian serbuk jahe, dimana dalam proses penelitian memberikan serbuk jahe dan diikuti oleh responden. Serbuk jahe yang dilakukan sebelum haid secara teratur akan mengurangi rasa nyeri *disemenorea* sehingga mengubah pola penerimaan rasa sakit ke pola yang lebih menenangkan maka intensitas nyeri dapat berkurang. Sesuai hasil penelitian ini bahwa terdapat pengaruh pemberian serbuk jahe dapat mengurangi nyeri pada *dismenore*.

Analisis Pengaruh Pemberian Serbuk Jahe Tehadap Nyeri *Dismenorea* Pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban 2024.

Berdasarkan pada table 7 menunjukkan bahwa didapatkan hasil uji statistik dengan uji *Wilcoxon p-value 0,001 < 0,05*, maka H1 diterima dan H0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian serbuk jahe terhadap penurunan dismenorea pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban.

Salah satu terapi non farmakologi untuk mengatasi nyeri menstruasi yaitu dengan menggunakan tanaman tradisional atau tanaman herbal salah satunya jahe (zingiber officinale)yang bagian rimpangnya berfungsi sebagai analgesik, antipiretik, dan anti inflamasi. Jahe juga merupakan tanaman yang mudah didapat, murah dan terjangkau. Di Indonesia ada tiga jenis jahe, yaitu jahe gajah atau jahe putih (Zingiber officinale var. Roscoe),jahe putih kecil atau jahe emprit (Zingiberofficinale var. Amarum),dan jahe merah atau jahe sunti (Zingiber officinale var. Rubrum). (Meilani Ikhsaputri & Eka Widyastuti, 2022)

Jahe memiliki senyawa shogaol dan gingerol yang berfungsi mengurangi rasa sakit pada saat menstruasi. Jahe juga berfungsi sebagai anti inflamasi dengan cara kerjanya yaitu menghambat kerja enzim pada siklus siklooksigenase (COX) sehingga dapat menghambat pelepasan enzim tersebut ke prostaglandin penyebab inflamasi. Selain itu, jahe merah juga dapat menghambat kontraksi rahim yang dapat menyebabkan nyeri ketika menstruasi (Meilani Ikhsaputri & Eka Widyastuti, 2022).

Dalam penelitian ini peneliti sudah memberikan informasi tentang pemberian serbuk jahe, dimana dalam proses penelitian dengan memberikan serbuk jahe dan diikuti oleh responden. Pemberian serbuk jahe yang dilakukan sebelum haid secara teratur sehingga mengubah pola penerimaan rasa sakit ke pola yang lebih menenangkan maka intensitas nyeri dapat berkurang. Sesuai hasil penelitian ini bahwa terdapat pengaruh pemberian serbuk jahe dapat mengurangi intensitas nyeri pada dismenore.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban sebelum diberikan Serbuk jahe sebagian besar mengalami *dismenore* ringan.
2. Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban sesudah dilakukan Pemberian Serbuk Jahe setengahnya tidak mengalami *dismenore*.
3. Terdapat Pengaruh Pemberian Serbuk Jahe Terhadap *Dismenorea* Pada Akseptor KB IUD Di Puskesmas Kecamatan Tuban

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan diatas ada beberapa hal yang dapat disarankan untuk mengembangkan hasil dari penelitian ini.

1. Bagi Responden
   Setelah penelitian ini di harapkan Akseptor KB IUD dapat mengaplikasikan Serbuk Jahe sebagai obat non farmakologi untuk mengurangi nyeri *dismenore.*
2. Bagi Pendidikan
   Dapat digunakan sebagai acuan pengabdian masyarakat tentang pengaruh pemberian serbuk jahe terhadap *dismenore* pada Akseptor KB IUD, serta dapat memberi informasi tambahan pemberian serbuk jahe yang dapat digunakan sebagai penatalaksanaan non farmakologis yang dapat menurunkan intensitas nyeri *dismenore* sebagai bahan referensi dan intervensi terapi komplementer.
3. Bagi peneliti selanjutnya
   Dapat mengembangkan penelitian sehubungan dengan penanganan non farmakologis lainnya terhadap nyeri *Dismenore.*
4. Bagi Institusi
   Perlu melakukan penyuluhan dan dukungan informasi mengenai dismenorea secara berkelanjutan.
5. Bagi Puskesmas / Lahan Penelitian
   Perlu meningkatkan penyuluhan dan dukungan informasi mengedukasi mengenai *dismenorea* secara berkelanjutan menyediakan materi edukasi yang komprehensif, dan memastikan tenaga kesehatan terlatih dalam memberikan informasi yang objektif dan mendukung.

DAFTAR PUSATAKA

Anggraeni, puspita ariska. (2023). *efek samping iud*. https://health.kompas.com/read/23L11210100268/5-efek-samping-kb-iud-wanita-perlu-tahu?page=all

Damayanti, T. Y. F., Purnama, D. K. S., & Qonitun, U. (2021). Hubungan Jenis Pekerjaan dengan Pemilihan KB Metode Kontrasepsi Jangka Panjang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *14*(1), 105–109.

Fadia, permata, tasqiela. (2023). *Desain penelitian*. https://ebizmark.id/artikel/desain-penelitian-jenis-dan-contoh/

Hamsidi, R. (2021). *Jahe tanaman Indonesia berkhasiat*.

Harahap, L. M. (2021). *HUBUNGAN PEMAKAIAN KONTRASEPSI SUNTIK DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN AKSEPTOR KB DI KLINIK BIDAN RAHMATUN AZMI DESA PARGARUTAN*.

Hidayatul Ainiyah, N., Taufiqoh, S., Juniati, E., Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan UMSurabaya, P., & Enny Juniati, T. (2020). HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KB IUD DENGAN KADAR HB PADA AKSEPTOR KB IUD. *The Journal Of Muhammadiyah Medical Laboratory Technologist*, *3*(2), 108–116.

Hurin'in, N. M., & Damayanti, T. Y. F. (2023). Edukasi Pemanfaatan Terapi Komplementer Jahe dalam Asuhan Kebidanan untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat - PIMAS*, *2*(1), 59–66. https://doi.org/10.35960/pimas.v2i1.1011

Irasanti, D. (2021). *HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PENGGUNAAN KONTRSEPSI IUD DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUNUNGTUA*.

Kamalah, rizqi, Abdullah, V. I., & Isir, M. (2023). *Mengatasi Dismenore dengan Minuman Mix Jelly Kulit Buah Naga dan Air Kelapa Hijau*. https://books.google.co.id/books?id=5K--EAAAQBAJ&pg=PA4&hl=id&source=gbs_toc_r&cad=2#v=onepage&q&f=false

Kashefi, F., Khajehei, M., Tabatabaeichehr, M., Alavinia, M., & Asili, J. (2024). Comparison of the effect of ginger and zinc sulfate on primary dysmenorrhea: A placebo-controlled randomized trial. *Pain Management Nursing*, *15*(4), 826–833. https://doi.org/10.1016/j.pmn.2013.09.001

Kostania, G., Kurniawati, A., Kesehatan, K., Kesehatan, P., & Kebidanan, S. J. (2016). *PERBEDAAN EFEKTIVITAS EKSTRAK JAHE DENGAN EKSTRAK KUNYIT DALAM MENGURANGI NYERI DISMENORHEA PRIMER PADA MAHASISWI DI ASRAMA JURUSAN KEBIDANAN POLTEKKES SURAKARTA*.

Kuminah, K., Noorma, N., & Imamah, I. N. (2023). PENGARUH PEMBERIAN SEDUHAN JAHE MERAH TERHADAP INTENSITAS DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH ALIYAH NEGERI TANJUNG SELOR BULUNGAN. *Aspiration of Health Journal*, *1*(2), 314–325. https://doi.org/10.55681/aohj.v1i2.111

Kurnia, F. (2023). *Analisis Data: Definisi, Jenis, Model, Sampai Prosedurnya*. https://dailysocial.id/post/analisis-data

MARMI. (2018). *BUKU AJAR PELAYANAN KB*.

Meilani Ikhsaputri, I., & Eka Widyastuti, D. (2022). EFEKTIVITAS PEMBERIAN EDAN JARAH (WEDANG JAHE MERAH) TERHADAP PENURUNAN NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA PUTRI MAN 1 SURAKARTA. In *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada* (Vol. 14, Issue 2).

Munir, M., Sari, D. kurnia, P., Suhartono, Safaah, N., & Utami, A. P. (2022). *METODE PENELITIAN KESEHATAN*.

Novianti, N., Hikmanti, A., & Rini, S. (2023). Efektifitas Akupresure Terhadap Dismenorea Pada Akseptor KB IUD. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, *4*, 23–25. https://doi.org/10.30595/pshms.v4i.548

Putri, D. E. (2019). *EFEK SERBUK JAHE MERAH (Zingiber officinale var. Rubrum) TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI DISMENORE PADA MAHASISWI DI PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS BRAWIJAYA MALANG TUGAS AKHIR*.

Qotrun, A. (2023). *Hipotesis Penelitian : Pengertian, Jenis, dan Cara Penyusunannya*. https://www.gramedia.com/literasi/hipotesis-penelitian/

Rahayu, anita. (2022). *Teknik pengambilan sampel*. https://binus.ac.id/malang/2022/08/teknik-pengambilan-sampel/

Sari, wulan, purnama, Metcrirt, Y., & Pqpiii, P. (2013). *efektivitas terapi psikologis dan nonfarmakologis terhadap nyeri haid (dismenore) pada siswi XI DI SMA 1 PEMANGKAT*.

Sibagariang, E. E., Juliane, Rismalinda, & Nurzannah, S. (2021). *metodologi penelitian mahasiswa diploma kesehatan*.

Suiraoka, putu, Budiani, N. N., & Sarihati, I. G. A. D. (2019). *metodologi penelitian kuantitatif*