

EFEKTIVITAS RENDAMAN BIJI KETUMBAR (*CORIANDRUM SATIVUM L*) UNTUK TERAPI MASALAH KEPUTIHAN PADA WANITA USIA SUBUR

Dewi Andang Prastika, Sugita

Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Kebidanan

Abstract: Vaginal Discharge, Coriander Seeds, Coriander Seeds Soaking Water, Women Of Childbearing Age. The number of women in the world who have experienced vaginal discharge about 75%, this also happens in Indonesia that as many as 75% of women experience vaginal discharge. Later, herbal ingredients into the solution of choice for health problems in the community. Coriander seeds contain very good in solving problems. Aim this research is to determine the effectiveness of immersion coriander seed towards healing vaginal discharge in women of childbearing age. This research uses quasi-experimental design with static design Comparison group. These samples included 60 respondents, the sample was divided into two groups: control group and the intervention group. The sampling technique used in this research is accidental sampling. The average incidence of vaginal discharge in the control group occurred within 10.27 days with standard deviations 3.903 while the intervention group average incidence of vaginal discharge occurs more quickly over a period of 4.63 days with standard deviations 2,059. Results of analysis using t test showed p value of 0.000 (<0.05) or the Sig 0,000 less than 0.05, then the soaking water coriander seeds statistically effective in solving the problem of vaginal discharge in women of childbearing age. Of testing using the t test showed that the soaking water coriander seeds effective to solve the problem of vaginal discharge in women of childbearing age.

Keywords: Vaginal Discharge, Coriander Seeds, Coriander Seeds Soaking Water, Women Of Childbearing Age

Abstrak: Keputihan, Biji Ketumbar, Rendaman Ketumbar, Wanita Usia Subur. Jumlah wanita di dunia yang pernah mengalami keputihan sekitar 75% hal ini juga terjadi di Indonesia bahwa sebanyak 75% wanita mengalami keputihan. Belakangan, bahan-bahan herbal menjadi pilihan untuk solusi masalah kesehatan pada masyarakat. Biji ketumbar memiliki kandungan yang sangat baik dalam menyelesaikan masalah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas rendaman biji ketumbar terhadap penyembuhan keputihan pada wanita usia subur. Penelitian ini menggunakan rancangan quasi eksperimen dengan desain static group comparison. Sampel penelitian berjumlah 60 responden , sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik accidental sampling. Rata-rata kejadian keputihan pada kelompok kontrol terjadi dalam waktu 10,27 hari dengan simpang baku 3,903 sedangkan pada kelompok intervensi rata-rata kejadian keputihan terjadi lebih cepat yaitu dalam waktu 4,63 hari dengan simpang baku 2.059. Hasil analisis menggunakan uji t menunjukkan p value 0,000 (<0,05) atau nilai Sig 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka air rendaman biji ketumbar efektif secara statistik dalam menyelesaikan masalah keputihan pada wanita

usia subur. Dari pengujian menggunakan uji t didapatkan hasil bahwa air rendaman biji ketumbar efektif untuk menyelesaikan masalah keputihan pada wanita usia subur.

Kata Kunci: Keputihan, Biji Ketumbar, Rendaman Ketumbar, Wanita Usia Subur

PENDAHULUAN

Jumlah wanita di dunia yang pernah mengalami keputihan sekitar 75% hal ini juga terjadi di Indonesia bahwa sebanyak 75% wanita mengalami keputihan.

Data menunjukkan kejadian keputihan pada wanita hanya dianggap sebagai sindrom pra menstuari, sedikit sekali wanita yang menyadari bahwa keputihan adalah gangguan kesehatan yang perlu diobati dan dicari penyebabnya.

Keputihan bukan merupakan penyakit tetapi hanya suatu gejala penyakit, sehingga penyebab yang pasti perlu ditetapkan. Oleh karena itu untuk mengetahui adanya suatu penyakit perlu dilakukan berbagai pemeriksaan cairan yang keluar dari alat genitalia tersebut. Pemeriksaan terhadap keputihan meliputi pewarnaan gram (untuk infeksi jamur), preparat basah (infeksi trikomonas), preparat KOH (infeksi jamur), kultur atau pembiakan (menentukan jenis bakteri penyebab), dan *pap smear* (untuk menentukan adanya sel ganas) (Manuaba, 2001).

Menurut Ababa (2003), penyebab paling sering dari keputihan tidak normal adalah infeksi. Organ genitalia pada perempuan yang dapat terkena infeksi adalah vulva, vagina, leher rahim, dan rongga rahim. Infeksi ini dapat disebabkan oleh:

- a. Bakteri
- b. Jamur *Candida/ Candida Albicans*
- c. Parasit/*trichomonas vaginalis*
- d. Virus

Keluhan yang timbul pada infeksi VHS tipe 2 berupa rasa terbakar, nyeri, atau rasa kesemutan pada tempat masuknya virus tersebut. Pada pemeriksaan tampak gelembung-gelembung kecil berisi *vesikel* (cairan), berkelompok, dengan dasar kemerahan yang cepat pecah dan membentuk tukak yang basah. Kelenjar limfe setempat teraba membesar dan nyeri. Pada perempuan, penyakit ini dapat disertai keluhan nyeri sewaktu kencing, keputihan, dan radang di mulut rahim. Pencetus berulangnya penyakit ini adalah stres, aktivitas sek, sengatan matahari, beberapa jenis makanan, dan kelelahan.

Penyebab lain keputihan selain infeksi (Katharini, 2009) antara lain :

- a. Benda asing dalam vagina
- b. Penyakit organ kandungan
- c. Penyakit menahun atau kelelahan kronis
- d. Gangguan keseimbangan hormone
- e. Fistel di vagina

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan rancangan desain *static group comparison*.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek/ subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Hidayat, 2009). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa kebidanan Poltekkes Kemenkes Surakarta

Sampel adalah bagian dan keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap mewakili dari seluruh populasi. Untuk menentukan besar sampel peneliti menggunakan kelompok kontrol dan kelompok perlakuan, dilakukan melalui undian. Sampel : jumlah sample ditentukan secara Quota yaitu 30 sampel kelompok intervensi dan 30 kelompok kontrol. Pengambilan sample dilaksanakan secara *Acidental Sampling* dengan kriteria inklusi sebagai berikut :

- a. Wanita usia subur
- b. Mengalami keputihan
- c. Bisa menulis dan membaca
- d. Mampu berkomitmen untuk mengkonsumsi air rendaman biji ketumbar secara rutin.
- e. Jujur

Sedangkan dari kriteria inklusi tersebut, terdapat beberapa kriteria eksklusi, yaitu :

- a. Lupa mengkonsumsi air rendaman biji ketumbar
- b. Sakit selama proses penelitian

Analisis data dilakukan setelah semua data terkumpul melalui beberapa tahap ditandai dengan *editing* untuk memeriksa kelengkapan identitas responden apakah jawaban yang ada di lembar observasi sudah lengkap, jelas dan konsisten dengan apa yang akan diteliti. Kemudian memberikan *coding* atau angka tertentu pada lembar observasi untuk memudahkan peneliti memasukkan data ke dalam komputer (*entry*) dan pengolahan data dilakukan dengan menggunakan teknik komputerisasi.

1. Univariat

Analisis *Univariat* digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden yaitu data umur, yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan proporsi.

2. Bivariat

Analisis data bivariate menggunakan uji t test .

HASIL PENELITIAN

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Table 1

Distribusi Frekuensi Responden

Berdasarkan Umur		
Karakteristik	F	(%)
≤19	13	43,3
20-30	17	56,7
30-40	0	0,0
>40	0	0,0
Jumlah	30	100,0

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa keseluruhan responden berada pada usia subur yaitu 43,3 % berada pada usia ≤19, sedangkan 56,6 % responden berada pada rentang usia 20-30 tahun. Hal ini erat kaitannya dengan kejadian keputihan pada wanita usia subur dimana hampir mencapai 75% wanita Indonesia ternyata mengalami keputihan pada masa suburnya.

Tabel 2

Lama Keputihan Kelompok Kontrol

Lama keputihan (hari)	Frekuensi	Prosentase (%)
5	2	6.7
6	4	13.3
7	2	6.7
8	5	16.7
9	3	10.0
10	1	3.3
11	1	3.3
12	3	10.0
13	4	13.3
14	0	0.0
15	1	3.3
16	1	3.3
17	2	6.7
18	0	0.0
19	1	3.3
Jumlah	30	100.0

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dijelaskan bahwa lama keputihan pada kelompok kontrol paling cepat adalah selama 5 hari dan paling lama 19 hari.

Tabel 3

Lama Keputihan Kelompok Intervensi

Lama keputihan (hari)	Frekuensi	Prosentase (%)
2	2	6.7
3	9	30.0
4	7	23.3
5	3	10.0
6	4	13.3
7	2	6.7
8	2	6.7
11	1	3.3
Jumlah	30	100.0

Sedangkan dari tabel 4.3 dapat dilihat bahwa lama keputihan pada kelompok intervensi paling cepat terjadi dalam waktu 2 hari dan paling lama terjadi dalam waktu 11 hari. kemudian pada tabel 4.4 akan dibandingkan rata-rata lamanya kejadian keputihan pada kelompok kontrol maupun pada kelompok intervensi.

Table 4

Perbandingan Lama Keputihan Kelompok Control Dan Kelompok Intervensi

Kemajuan perlakuan	Kontrol
Paling cepat	5
Paling lama	19
Rerata	10.27
S. Baku	3.903

Dari tabel tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa kejadian keputihan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi setelah dibandingkan terdapat perbedaan yaitu lama keputihan pada kelompok kontrol paling cepat terjadi

selama 5 hari sedangkan pada kelompok intervensi paling cepat terjadi selama 2 hari, pada kelompok kontrol paling lama kejadian keputihan terjadi dalam waktu 19 hari sedangkan pada kelompok intervensi kejadian keputihan paling lama terjadi selama 11 hari. Rata-rata kejadian keputihan pada kelompok kontrol terjadi dalam waktu 10,27 hari dengan simpang baku 3,903 sedangkan pada kelompok intervensi rata-rata kejadian keputihan terjadi lebih cepat yaitu dalam waktu 4,63 hari dengan simpang baku 2.059.

Table 5
Hasil Uji T

	t	Sig.
Lama keputihan		
Equal variances not assumed	6.991	0.000

Dari tabel Equal Variances Not Assumed didapatkan nilai t yaitu 6.991 dengan (P=0.000) nilai P menunjukkan <0.05 yang artinya bahwa air rendaman biji ketumbar efektif dalam menyelesaikan masalah keputihan pada wanita usia subur.

Pada penelitian ini responden diambil dari mahasiswa kebidanan poltekkes surakarta yang tinggal di asrama mahasiswa sehingga diperoleh karakteristik responden yang hampir sama. Kegiatan, lingkungan, aktifitas fisik, asupan nutrisi dan tingkat stressor, kebersihan alat-alat genital, akses terhadap pendidikan kesehatan, hubungan seksual pranikah, penyakit menular (PMS), pengaruh media massa, akses terhadap pelayanan kesehatan reproduksi yang terjangkau, dan hubungan yang harmonis antara remaja dengan keluarganya yang merupakan penyebab tidak langsung keputihan dapat diminimalisir kemungkinan bias yang dapat mengganggu hasil penelitian. Hal

ini dapat dilihat dari rentang usia responden yang memang hanya berkisar antara umur 19-20 tahun sehingga hormon yang berkembang pada tubuh responden pun dalam rentang aktivitas yang hampir sama.

PEMBAHASAN

Hasil analisis yang menunjukkan p value 0,000 ($<0,05$) atau nilai Sig 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka air rendaman biji ketumbar efektif secara statistik dalam menyelesaikan masalah keputihan pada wanita usia subur.

Kejadian keputihan pada kelompok intervensi mempunyai rata-rata yang lebih cepat bila dibandingkan dengan kejadian keputihan pada kelompok kontrol yaitu 10,27 hari dengan simpang baku 3,903 pada kelompok kontrol sedangkan pada kelompok intervensi rata-rata kejadian keputihan terjadi dalam waktu 4,63 hari dengan simpang baku 2.059. selisih yang sangat bermakna didapatkan dari hasil rata-rata tersebut. Hal ini disebabkan karena teratasinya penyebab masalah keputihan pada kelompok intervensi dengan baik.

Pada kelompok kontrol peneliti membebaskan responden menggunakan alternatif apapun sebagai usaha menyelesaikan masalah keputihan yang mereka alami, dan ternyata 80% dari responden menggunakan cairan pembersih vagina sebagai alternatif utama untuk menyelesaikan masalah keputihan mereka. Hal ini sangat disayangkan karena adanya fakta bahwa cairan pembersih vagina mempunyai tingkat keasaman yang tidak sesuai dengan tingkat keasaman vagina. Pada keadaan fisiologis, vagina dihuni oleh flora normal. Pada pH normal vagina berkisar antara 3.8-4.5. derajat keasamaan yang rendah ini bermanfaat bagi sistem

pertahanan tubuh karena mencegah kolonisasi bakteri, dan jamur lainnya.

Pemakaian cairan pembersih vagina justru akan menyebabkan perubahan suasana asam basa pada vagina. Perubahan lingkungan dalam vagina tersebut menyebabkan kuman yang mustinya normal menjadi lebih banyak pertumbuhannya, sedangkan kuman yang seharusnya tidak timbul malah menjadi tumbuh karena daya tahan vagina berubah. Selain itu kebiasaan-kebiasaan lain bisa memperparah kejadian keputihan pada wanita yaitu tidak terjaganya higienitas daerah kewanitaan, kelembaban daerah kewanitaan yang tidak dijaga sehingga bakteri cenderung akan berkembang biak disana ditambah dengan kebiasaan wanita menggaruk daerah kewanitaan yang lembab dan terasa gatal. Hal ini merupakan beberapa penyebab yang mungkin terjadi sehingga kejadian keputihan pada kelompok kontrol menjadi lebih parah. Sedangkan pada kelompok intervensi, responden mengkonsumsi air rendaman biji ketumbar dimana biji ketumbar tersebut mempunyai kandungan minyak atsiri yang mengandung selain fenol adalah flavonoid. Flavonoid bersifat antibakteri dan antioksidan (Wangensteen et al., 2004), mampu meningkatkan kerja sistem imun karena leukosit sebagai pemakan benda asing lebih cepat dihasilkan dan sistem limfa lebih cepat diaktifkan (Angka, 2004). Beberapa tipe senyawa flavonoid yang terdapat di dalam biji ketumbar adalah kuersetin, asam ferulat, rutin, kumarat, asam proto katekuat dan asam vanilat. Tipe-tipe tersebut merupakan derivat dari asam sinamat dan flavonol.

Biji ketumbar juga mengandung berbagai macam mineral. Mineral yang banyak terkandung pada biji ketumbar

adalah kalsium, fosfor, magnesium, potasium, dan besi. Kalsium selain berperan sebagai mineral tulang, juga berperan menjaga tekanan darah agar tetap normal. Mineral fosfor berperan dalam pembentukan dan pertumbuhan tulang. Fosfor juga berperan dalam menjaga keseimbangan asam dan basa tubuh. Magnesium merupakan mineral yang berperan dalam metabolisme kalsium dan potasium, serta membantu kerja enzim dalam metabolisme energi. Potasium membantu keseimbangan cairan elektrolit dalam tubuh. Besi merupakan mineral yang dibutuhkan dalam pembentukan sel darah merah, hemoglobin, dan mioglobin otot (Fauci et al., 2008; Astawan, 2009).

Vitamin yang banyak terkandung dalam biji ketumbar adalah vitamin C dan B. Vitamin C berperan sebagai antioksidan. Antioksidan berperan dalam mencegah dan mengurangi bahaya yang ditimbulkan radikal bebas. Radikal bebas adalah suatu senyawa yang dapat mengganggu metabolisme tubuh yang berbahaya bagi kesehatan (Wangensteen et al., 2004).

Niasin adalah salah satu jenis vitamin B yang berperan penting dalam proses metabolisme tubuh, terutama metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak menjadi bentuk energi yang dapat digunakan oleh tubuh. Kandungan vitamin dan mineral yang dimiliki biji ketumbar ini sangat berkhasiat sebagai stimulan atau membantu meningkatkan kesegaran tubuh (Astawan, 2009).

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Lama keputihan pada kelompok kontrol paling cepat adalah selama 5 hari dan paling lama 19 hari

Minyak atsiri pada biji ketumbar memiliki sifat antimikroba terhadap spesies patogen (Isao et al., 2004). Minyak atsiri adalah cairan lembut, bersifat aromatik, dan mudah menguap pada suhu kamar. Minyak atsiri memiliki daya antibakteri disebabkan adanya senyawa fenol dan turunannya yang mampu mendenaturasi protein sel bakteri (Wangensteen et al., 2004). Daya antibakteri minyak atsiri lebih efektif karena memiliki zona hambat lebih besar dan bersifat bakterisidal. Minyak atsiri pada biji ketumbar dapat dijadikan sebagai bahan pengawet makanan alami yang bersifat anti jamur, anti bakteri, dan anti oksidan. Kandungan minyak atsiri pada biji ketumbar telah banyak diujikan di beberapa Negara dan ternyata hasilnya telah menunjukkan adanya senyawa α -pinene yang merupakan isomer aktif dari senyawa pinene. Senyawa ini mempunyai sifat anti jamur. Melalui penelitian Ana Cristina, biji ketumbar telah menunjukkan aktifitas antimikroba terhadap candida albicans, cryptococcus neoformans, dan rhyzopus oryzae.

Kandungan-kandungan yang terkandung dalam biji ketumbar tersebut akan efektif menyelesaikan penyebab keputihan pada responden sehingga kejadian keputihan pada kelompok intervensi menjadi lebih cepat apabila dibandingkan dengan kejadian keputihan pada kelompok kontrol.

dengan rata-rata 10,27 hari dengan simpang baku 3,903 hari.

2. Lama keputihan pada kelompok intervensi paling cepat terjadi dalam waktu 2 hari dan paling lama terjadi dalam waktu 11 hari dengan rata-rata kejadian

keputihan terjadi lebih cepat yaitu dalam waktu 4,63 hari dengan simpang baku 2.059.

3. Hasil analisis yang menunjukkan p value 0,000 ($<0,05$) atau nilai Sig 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka air rendaman biji ketumbar efektif secara statistik dalam menyelesaikan masalah keputihan pada wanita usia subur.

Wangensteen, H., Samuelsen, A.B., dan Malterud, K.E., 2004. Antioxidant activity in extracts from coriander. *Food Chemistry*, 88: 293–297.

Yuliarti, 2009, *A-Z Women Health & Beauty*, Yogyakarta: ANDI

B. SARAN

Bagi Praktek Pelayanan Kebidanan, Hasil ini dapat untuk diinformasikan dan diterapkan bahwa air rendaman biji ketumbar adalah salah satu intervensi nonfarmakologik untuk mencegah dan mengobati keputihan yang aman di masyarakat. Bagi Penelitian Lain, Melakukan penelitian lebih lanjut dengan metode dan penggunaan variabel lebih banyak misalnya dengan membandingkan efektivitas air rendaman biji ketumbar dengan alternative-alternatif lain yang bida digunakan dalam penyelesaian masalah keputihan pada masyarakat

DAFTAR RUJUKAN

- Astawan, M. 2009. Sehat dengan Hidangan Kacang dan. Biji-bijian. Penebar Swadaya : Jakarta
- Fauci *et al*, 2008. Harrison's Principle of Internal Medicine. 17 th ed. New York
- Purseglove JW, Brown EG, Green CL, Robbins SRJ. 1981. Vanilla. Di dalam: Spices. Vol 2. New York:Longman Inc.
- Saraswati, 2010, Mini Seri Self Healing, Cara Holistik Gangguan Khas pada Kesehatan Wanita, Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Sarwono, 2008, Ilmu Kandungan, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka