

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan terhadap 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 15 responden sebagai kelompok intervensi air jahe merah dan 15 responden lainnya sebagai kelompok air kelapa hijau.

4.1.1 Analisis Univariat

4.1.1.1 Rata-Rata Intensitas Nyeri Haid Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Analisis univariat ini dilakukan untuk mendeskripsikan rata-rata nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan air jahe dan air kelapa hijau pada remaja putri di SMA IT An-Naafi Kabupaten Bogor Tahun 2023 yang disajikan pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1

Rata-Rata Tingkat Nyeri Haid Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Kelompok intervensi		N	Min	Max	Mean	SD	CI
Kel. Air Jahe Merah	Pretest	15	2	7	4,87	1,88	95%
	Posttest	15	0	5	1,47	1,64	
Kel. Air Kelapa Hijau	Pretest	15	1	8	4,53	1,80	95%
	Posttest	15	0	5	2,93	1,66	

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa nilai rata-rata intensitas nyeri haid sebelum diberikan air jahe merah adalah 4,87 dan nilai rata-rata setelah diberikan air jahe adalah 1,47, dimana terjadi penurunan intensitas nyeri haid setelah diberikan air jahe merah. Sedangkan nilai rata-rata intensitas nyeri haid sebelum

diberikan air kelapa hijau adalah 4,53 dan nilai rata-rata setelah diberikan air jahe adalah 2,93, artinya terjadi penurunan intensitas nyeri haid setelah diberikan air kelapa hijau.

4.1.2 Analisis Bivariat

4.1.2.1 Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan indikator skewnes dan kurtosis. Skewnes merupakan nilai ketidakseimETRISAN suatu distribusi frekuensi sedangkan kurtosis merupakan nilai keruncingan suatu distribusi frekuensi. Penentuan normalitas data dilakukan dengan melihat nilai skewnes dan kurtosis yang tidak lebih sama dengan 3 (± 3). Alasan menggunakan uji normalitas dengan skewnes dan kurtosis adalah karena pengujian ini mempunyai kelebihan tersendiri, yaitu dapat melakukan transformasi data berdasarkan nilai yang kita peroleh, hal yang tidak dapat dilakukan oleh Kolmogrov-Smirnov ataupun Shapiro-Wilk.

Tabel 4.2
Uji Normalitas Pada Kelompok Intervensi Menggunakan Skewnes dan Kurtosis

		Kel. Air Jahe Merah			Kel. Air Kelapa Hijau		
		<i>Statistic</i>	<i>Std. Error</i>	Hasil	<i>Statistic</i>	<i>Std. Error</i>	Hasil
<i>Skewnes</i>	Pretest	-0,66	0,48	-1,14	-0,10	0,46	-0,17
	Posttest	0,68		1,17	-0,30		-0,52
<i>Kurtosis</i>	Pretest	-1,33	0,42	-1,18	-0,20	0,43	-0,17
	Posttest	-0,58		-0,52	-0,30		-1,11

Berdasarkan tabel 4.2, hasil uji normalitas pada kelompok intervensi air jahe merah diperoleh nilai *skewnes pretes* -1,14, *skewnes posttest* 1,17, *kurtosis pretest* -1,18 dan *kurtosis posttest* -0,52. Sedangkan pada kelompok intervensi air kelapa hijau diperoleh nilai *skewnes pretest* -0,17, *skewnes posttest* -0,52, *kurtosis pretest* -0,17 dan *kurtosis posttest* -1,11, maka dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini terdistribusi normal karena nilai skewnes dan kurtosis tidak lebih sama dengan 3 (± 3), sehingga uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji parametrik yaitu *paired t-test* dan uji *independen t-test*.

4.1.2.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan sebagai bahan acuan untuk menentukan keputusan uji statistik selanjutnya. Jika nilai Sig. < 0.05 maka data dikatakan tidak homogen. Sedangkan jika nilai Sig. > 0.05 maka dikatakan bahwa varians data adalah homogen.

Tabel 4.3
Uji Homogenitas pada Kelompok Intervensi

Levene Statistic	Df1	Df2	Sig.	Hasil
0,00	1	28	0,94	Homogen

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai Sig. pada kelompok intervensi yaitu 0,94. Karena nilai Sig. 0,94 > 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa varians data hasil intervensi pada kelompok air jahe merah dan kelompok air kelapa hijau adalah sama atau homogen.

4.1.2.3 Uji Independent T Test

Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan, diketahui bahwa uji statistik untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara kelompok Air jahe merah dan air kelapa hijau menggunakan uji *independent t test*

Dasar Pengambilan keputusan pada uji independen t test yaitu:

- A. Jika nilai Sig. > 0.05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid
- B. Jika nilai Sig. < 0.05 maka terdapat perbedaan yang signifikan antara air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid

Tabel. 4.4
Pengaruh Air Jahe Merah dan Air Kelapa Hijau
Terhadap Penurunan Nyeri Haid

Kelompok Intervensi	N	Mean	Selisih Mean	T	Sig.
Kel. Air Jahe Merah	15	1,47	3,4	-2,42	0,02
Kel. Air Kelapa Hijau	15	2,93	1,6		

Data pada tabel diatas merupakan data hasil uji beda dua kelompok menggunakan uji *independent t test*. Dari data tersebut diketahui nilai Sig. adalah $0,02 < 0.05$. berdasarkan nilai yang telah diperoleh kesimpulan yang dapat ditarik adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara pemberian air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMA IT An-Naafi Tahun 2022.

4.1.2.4 Uji Paired T Test

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan, maka uji statistik untuk mengetahui pengaruh air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid yang digunakan yaitu menggunakan uji *paired t test*.

Dasar pengambilan keputusan pada uji paired t test yaitu:

- A. Jika nilai Sig. > 0,05 maka terdapat pengaruh air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid
- B. Jika nilai Sig. < 0,05 maka tidak terdapat pengaruh air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid

Tabel 4.5
Perbedaan Rata-Rata Penurunan Nyeri Haid Pada Kelompok Intervensi

Kelompok	N	Selisih Mean	SD	T	p-value	CI
Jahe	15	3,40	1,40	9,37	0,00	95%
Kelapa	15	1,60	0,73	8,41	0,00	95%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa selisih rata-rata setelah diberikan air jahe merah yaitu 3,40 dengan dengan standar deviasi 1,40 dan p-value 0,00. karena nilai p-value < 0,05 maka artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara nyeri haid sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, artinya terdapat pengaruh pemberian air jahe merah terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri.

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa selisih rata-rata setelah diberikan air kelapa hijau yaitu 1,60 dengan dengan standar deviasi 0,73 dan p-value 0,00. karena

nilai p-value < 0,05 maka artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara nyeri haid sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, artinya terdapat pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Rata-Rata Intensitas Nyeri Haid Sebelum Dan Sesudah Pemberian Air Jahe Merah

Hasil penelitian ini didapatkan nilai rata-rata intensitas nyeri haid sebelum pemberian air jahe merah adalah 4,87. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa intensitas nyeri haid sebelum dilakukan intervensi termasuk nyeri sedang. Nyeri haid sedang adalah nyeri haid yang memerlukan obat penghilang nyeri tanpa perlu meninggalkan aktivitas. Gejala yang dirasakan yaitu mual, badan menjadi lemas dan aktivitas menjadi terganggu.

Hasil rata-rata intensitas nyeri haid setelah dilakukan intervensi yaitu dengan pemberian air jahe merah adalah 1,47. Hasil ini menunjukkan perubahan intensitas nyeri dari nyeri sedang ke nyeri ringan dengan penurunan nyeri sebanyak 3,4. Pada keadaan ini responden tidak memerlukan obat penghilang nyeri, hanya membutuhkan istirahat sejenak kemudian dapat melanjutkan aktifitas sehari-hari.

Penurunan intensitas nyeri haid setelah pemberian air jahe merah juga telah dibuktikan dengan hasil analisis oleh (Intiyaswati, 2022) mengenai pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan nyeri menstruasi pada remaja putri. Hasil yang diperoleh sebelum pemberian air merah yaitu 5,9% (1 responden) mengalami nyeri berat, 41,29% (7 responden) mengalami nyeri sedang dan 52,9% (9 responden) mengalami nyeri ringan. Kemudian setelah pemberian air jahe merah didapatkan 47,1% (8 responden) sudah tidak mengalami nyeri haid, 47,1% (8 responden) sudah mengalami nyeri ringan, 1 responden mengalami nyeri sedang

dan tidak ada responden yang mengalami nyeri berat tidak terkontrol. Hasil Uji statistik dengan uji wilcoxon diperoleh p-value 0,00 maka nilai $p\text{-value} < \alpha < 0,05$ artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Efektivitas jahe merah dalam mengurangi nyeri haid sama seperti ibuprofen. Penyerapan ibuprofen setelah pemberian secara oral diketahui sangat cepat dan efektif. Puncak konsentrasi didalam plasma sangat singkat yaitu antara 15 menit sampai 1 jam. Mekanisme jahe merah dan ibuprofen juga sama yaitu dengan menghambat pengeluaran hormone prostaglandin. Penyerapan obat-obatan ataupun herbal alami yang memiliki sifat yang sama seperti ibuprofen terjadi dengan sangat mudah dan cepat dalam system pencernaan (Intiyaswati, 2022).

Peneliti berasumsi bahwa penurunan nyeri haid berkaitan dengan kandungan yang terdapat dalam jahe merah. Selain itu kepatuhan responden dalam mengikuti jalannya penelitian juga sangat berpengaruh terhadap hasil yang didapatkan. Dengan kepatuhan tersebut maka responden dapat mengkonsumsi air jahe merah berdasarkan waktu yang ditentukan dan dapat merasakan manfaat yang maksimal.

4.2.2 Rata-Rata Intensitas Nyeri Haid Sebelum Dan Sesudah Pemberian Air Kelapa Hijau

Hasil pada penelitian ini didapatkan nilai rata-rata intensitas nyeri haid sebelum pemberian air kelapa hijau adalah 4,53. Hasil ini menunjukkan bahwa nyeri haid termasuk ke dalam nyeri sedang. Gejala yang dirasakan pada skala nyeri sedang yaitu mendesis, menyeringai seperti sakit gigi atau sakit terasa seperti disengat lebah. Dalam kondisi memerlukan obat penghilang nyeri tanpa meninggalkan aktivitasnya.

Nilai rata-rata setelah pemberian air kelapa hijau adalah 2,93, artinya terdapat penurunan sebanyak 1,6. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa intensitas nyeri haid berubah dari nyeri sedang ke nyeri ringan. Setelah diberikan air kelapa hijau remaja putri yang mengalami nyeri haid tidak lagi membutuhkan obat penghilang nyeri hanya memerlukan istirahat dan dapat menajutkan aktivitas seperti biasanya.

Penurunan intensitas nyeri haid yang dialami oleh responden setelah mengkonsumsi air kelapa hijau telah dibuktikan oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rismaya & Mariza, 2020) tentang pemberian air kelapa hijau dapat menurunkan dismenore. Hasil analisa menunjukan adanya perubahan rata-rata nyeri dari 8,40 menjadi 2,73 setelah diberikan air kelapa hijau. Nyeri pada kelompok control pada hari pertama yaitu 8,67 kemudian menurun menjadi 4,00 pada hari ketiga. Uji T-test Independent menunjukan hasil yaitu p-value $0,006 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_o ditolak, artinya air kelapa hijau memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri haid pada mahasiswi kebidanan tingkat I dan II Universitas Malahayati.

Air kelapa hijau mengandung sejumlah kandungan elektrolit yang dapat mencegah dehidrasi pada saat menstruasi. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam air kelapa hijau dapat merangsang produksi hormon progesteron yang cukup untuk memperlancar proses peluruhan endometrium dan nyeri yang timbul akan berkurang. Senyawa yang bermanfaat untuk merelaksasikan otot rahim yaitu kalsium dan magnesium yang terkandung air kelapa hijau (Rifiana, 2020). Kandungan Vitamin c yang merupakan zat-zat alami anti inflamasi yang membantu meringankan rasa nyeri yang disebabkan oleh kram menstruasi dengan

menghambat enzimcyclooxygenase yang berperan dalam mendorong proses pembentukan prostaglandin (Pattiha, 2021).

Peneliti berasumsi penurunan skala nyeri terjadi karena responden mengkonsumsi air kelapa hijau secara teratur selama tiga hari berturut-turut pada pagi dan sore hari. Kepatuhan responden dalam penelitian ini sangat mempengaruhi jalannya proses dan hasil penelitian. Penurunan ini juga terjadi karena responden kooperatif dan patuh akan ketentuan yang telah disepakati sehingga mau mengkonsumsi air kelapa hijau secara rutin sesuai waktu yang telah ditentukan.

4.2.3 Pengaruh Pemberian Air Jahe Merah Dan Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan Nyeri Haid

Hasil penelitian berdasarkan uji statistik yang telah dilakukan didapatkan bahwa terdapat pengaruh pemberian air jahe merah terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMA IT An-Naafi Tahun 2022. Dari hasil tersebut dapat pula disimpulkan bahwa terdapat perubahan intensitas nyeri haid dari nyeri sedang ke nyeri ringan dengan selisih rerata 3,4.

Hasil analisis yang dilakukan pada kelompok air kelapa hijau menunjukkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri dan perubahan intensitas nyeri dari nyeri sedang ke nyeri ringan dengan selisih rerata 1,6. Hal ini bermakna bahwa terdapat pengaruh pemberian air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMA IT An-Naafi tahun 2023.

Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh (Siagian, 2021) yang mengemukakan bahwa terdapat pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan skala nyeri haid pada mahasiswi Universitas Imelda Medan. Penelitian lain yang sejalan juga telah dilakukan oleh (Kusumawati, 2021) mendapatkan hasil

bahwa skala nyeri dismenore setelah pemberian jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan yaitu 6 responden, nyeri sedang 10 responden, dan tidak ada yang mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil yang diperoleh terlihat bahwa pemberian jahe merah mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perubahan skala nyeri pada kelompok intervensi.

Kandungan minyak atsiri dan oleoresin yang tinggi membuat jahe merah menjadi jenis yang terbaik yang digunakan sebagai bahan obat herbal, oleh karena itu biasanya jahe merah digunakan sebagai salah satu bahan untuk pengobatan herbal atau pengobatan tradisional dan biasanya jahe merah ini diberikan dalam bentuk minuman jahe (Karomah, 2022).

Efektivitas jahe merah dalam mengurangi nyeri haid sama seperti ibuprofen. Penyerapan ibuprofen setelah pemberian secara oral diketahui sangat cepat dan efektif. Puncak konsentrasi didalam plasma sangat singkat yaitu antara 15 menit sampai 1 jam. Mekanisme jahe merah dan ibuprofen juga sama yaitu dengan menghambat pengeluaran hormone prostaglandin. Penyerapan obat-obatan ataupun herbal alami yang memiliki sifat yang sama seperti ibuprofen terjadi dengan sangat mudah dan cepat dalam system pencernaan (Intiyaswati, 2022).

Hasil penelitian lain oleh Nuryanih (2020) menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh mengkonsumsi air kelapa hijau terhadap mengurangi nyeri haid (dismenore) dengan nilai ($0.00 < 0.05$). Hasil yang serupa juga didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh Kotangon (2020), hasil penelitian didapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan air kelapa hijau dengan nilai $0.01 < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian air kelapa hijau sebelum dan

sesudah pemberian mengalami perubahan yang positive dalam menurunkan nyeri haid.

Air kelapa hijau mengandung sejumlah cairan elektrolit yang dapat mencegah terjadinya dehidrasi saat menstruasi. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam air kelapa dapat merangsang produksi progesteron yang cukup untuk memperlancar proses peluruhan dinding rahim dan nyeri yang timbul akan berkurang. Senyawa yang bermanfaat untuk merelaksasikan otot rahim yaitu kalsium dan magnesium yang terkandung air kelapa hijau. Selain itu vit c dalam air kelapa bermanfaat sebagai anti inflamasi yang bekerja sebagai penghambat enzim cyclooxygenase yang mendorong proses sintesis prostaglandin yang menyebabkan rasa sakit pada saat menstruasi. Menurut hasil penelitian air kelapa hijau efektif untuk mengurangi nyeri haid dengan tingkat signifikansi 0.001 (Rifiana, 2020).

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, peneliti berasumsi bahwa pemberian air jahe merah dan pemberian air kelapa hijau sama-sama berpengaruh untuk menurunkan nyeri haid. Hal ini karena jahe merah dan kelapa hijau mempunyai kandungan yang bermanfaat sebagai anti inflamasi sehingga mampu membantu meringankan nyeri haid yang dirasakan oleh responden yang mengkonsumsi air jahe merah dan air kelapa hijau.

4.2.4 Perbedaan Pengaruh Pemberian Air Jahe Merah Dan Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan Nyeri Haid

Hasil uji beda dua kelompok menggunakan uji *Independent t test* diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengaruh air jahe merah dan air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid. Jahe merah dan air kelapa hijau sama-sama mempunyai efektifitas untuk menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja

putri, namun dilihat dari perbedaan rata-rata intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan intervensi menunjukkan bahwa jahe merah lebih efektif untuk menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA IT An-Naafi Tahun 2022.

Hasil penelitian lain oleh Nuryanih (2020) menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh mengkonsumsi air kelapa hijau terhadap mengurangi nyeri haid (dismenore) dengan nilai ($0.00 < 0.05$). Penelitian lain yang sejalan juga telah dilakukan oleh (Kusumawati, 2021) mendapatkan hasil bahwa skala nyeri dismenore setelah pemberian jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan yaitu 6 responden, nyeri sedang 10 responden, dan tidak ada yang mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil yang diperoleh terlihat bahwa pemberian jahe merah mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perubahan skala nyeri pada kelompok intervensi.

Jahe merah merupakan salah satu rempah wangi yang khas. Jahe merah dapat mengatasi nyeri menstruasi karena jahe merah bersifat menghangatkan tubuh, berperan sebagai anti inflamasi dan analgesik. (Siagian, 2021). Efek analgesik rimpang jahe merah disebabkan karena adanya unsur-unsur yang terkandung dalam jahe merah. Senyawa gingerol telah diketahui dapat menghambat enzim sikooksigenase sehingga terjadi penurunan pembentukan atau biosintesis dari prostaglandin yang menyebabkan berkurangnya rasa nyeri (Intiyaswati, 2022).

Pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap nyeri haid tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Pattiha (2021) yang melaporkan bahwa penurunan tersebut dikarenakan pemberian air kelapa hijau pada remaja putri yang

mengalami nyeri haid. Adanya kandungan kalsium dan magnesium membuat adanya penurunan nyeri haid dengan cara merelaksasikan otot Rahim yang dipacu oleh adanya peningkatan prostaglandin yang menyebabkan iskemia pada myometrium dan hiperkontraktivitas otot Rahim. Selain itu vitamin c yang terkandung dalam air Kalapa hijau juga berpera sebagai zat alami anti inflamasi yang bekerja dengan cara menghambat enzimcyclooxygenase untuk memproduksi prostaglandin sehingga efeknya dapat meringankan rasa sakit akibat kram menstruasi

Berdasarkan hasil analisis data dan teori yang telah dikemukakan peneliti berasumsi bahwa adanya perbedaan pengaruh yang bermakna antara pemberian air jahe merah dan air kelapa hijau karena pada saat meminum air jahe merah secara tidak langsung responden juga menghirup aroma khas dari jahe tersebut. Sehingga dalam hal ini air jahe merah tidak hanya berfungsi sebagai minuman herbal namun juga sebagai aromaterapi.

4.2.5 Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan dan hambatan yang diamali oleh peneliti, diantaranya adalah kurang banyaknya sampel yang digunakan dalam penelitian ini, waktu penelitian bertepatan antara waktu ujian dan libur semester sehingga peneliti harus menyesuaikan dengan waktu tersebut.

