

PENGARUH PEMBERIAN RAMUAN JAHE MERAH (*ZINGIBER OFFICINALE ROSCOE*) DAN GULA MERAH TERHADAP PERUBAHAN NYERI HAID SISWI KELAS VIII SMPN 1 BENGKULU TENGAH

Ruri Maiseptya Sari¹, Nuril Abasri¹

¹Program Studi Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tri Mandiri Sakti Bengkulu
email: rury_maiseptyasari@yahoo.com

ABSTRAK

*Dismenore adalah rasa sakit yang menyertai menstruasi sehingga dapat menimbulkan gangguan pekerjaan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari pengaruh pemberian ramuan jahe merah (*zingiber officinale roscoe*) dan gula merah terhadap perubahan nyeri haid pada siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah. Penelitian ini merupakan penelitian pra eksperiment dengan rancangan penelitian One Group pretest-postest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah yang mengalami dismenore. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Total Sampling diperoleh 34 sampel. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer dengan menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari responden. Analisis data dilakukan dengan analisis Uji Normalitas Data Dengan Uji Kolmogorov Smirnov, univariat dan bivariat. Hasil penelitian didapatkan; (1) Intensitas nyeri haid hari pertama sebelum pemberian ramuan jahe merah pada siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah berkisar antara 8-5 sedangkan sesudah pemberian ramuan jahe merah turun berkisar 3-2. (2) Intensitas nyeri haid hari kedua sebelum pemberian ramuan jahe merah pada siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah berkisar antara 5-3 sedangkan sesudah pemberian ramuan jahe merah turun berkisar 3-1. (3) Ada pengaruh pemberian ramuan jahe merah terhadap perubahan nyeri haid pada siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah yang ditunjukkan dengan hasil uji Wilcoxon Signed Rank-Test dengan menunjukkan nilai $Asymp.sig (2-tailed) = 0,000 < 0,05$ untuk kedua kelompok berpasangan tersebut, berarti signifikan. Jadi, kedua variabel memiliki nilai yang berbeda atau dengan kata lain terjadi perubahan penurunan nyeri pada siswi setelah minum ramuan jahe merah dan gula merah baik hari pertama maupun pada hari kedua.*

Kata Kunci: Gula Merah, Nyeri Haid, Ramuan Jahe Merah

THE INFLUENCE OF GIVING EXTRACT RED GINGER (*ZINGIBER OFFICINALE ROSCOE*) AND BROWN SUGAR TOWARDS DIMENORE PAIN ALTERATION ON FEMALE STUDENTS IN EIGHTH LEVEL OF SMPN1 IN BENGKULU TENGAH

ABSTRACT

*Dismenore is pain sense during menstruation, so that can cause inconvenience of daily living. This research aims to study the influence of giving extract red ginger (*Zingiber Officinale Roscoe*) and brown sugar towards dismenore pain alteration on female Students in the eight level of SMPN 1 in Bengkulu Tengah. This research is Pre- Experimental Research use one group pre-test and post - test research design. Population in this research is all of female students in eight level of SMPN1 in Bengkulu Tengah who being dismenore. Sampling technique used total sampling obtained as many as 34 samples. Data gathering in this research used primer data which was obtained directly from the respondents. Data analysis used Normality Test Analysis and Kolmogorov Smirnov Test, Univariate and Bivariate. The results of this research obtained; (1) Dismenore pain intensity in the*

first day before giving extract red ginger on Female Students in eight level of SMPN1 in Bengkulu Tengah ranged among 8-5, whereas, after giving extract red ginger decreased among 3-2. (2) dsimnore pain intensity in the second day before giving extract red ginger on Female Students in eight level of SMPN1 in Bengkulu Tengah ranged among 5-3 whereas, after giving extract red ginger decreased among 3-1. (3) There is influence giving extract red ginger towards dismenore pain alteration on female students in the eight level of SMPN 1 in Bengkulu Tengah that showed with the results Wilcoxon Signed Rank Test which was the value of Asymp.sig (2-tailed) = 0.000 < 0.05 for both group, meaning significant. So, both variables have different value or in the other word occurred pain reduction on female students after drinking extract red ginger and brown sugar in the first day and second day.

Key word: *Brown Sugar, Dismenore Pain , and Red Ginger Ingredient*

Pendahuluan

Data dari WHO didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore, 10-15% diantaranya mengalami dismenore berat. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan diberbagai negara dengan hasil yang mencegangkan, dimana kejadian dismenore primer disetiap negara dilaporkan lebih dari 50%⁽¹⁾.

Angka kejadian nyeri menstruasi (dismenore) di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenore, Prevalensi dismenore primer di Amerika Serikat tahun 2012 pada wanita umur 12-17 tahun adalah 59,7%, dengan derajat kesakitan 49% dismenore ringan, 37% dismenore sedang dan 12% dismenore berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah. Pada tahun 2012 sebanyak 75% remaja wanita di Mesir mengalami dismenore 55,3% dismenore ringan, 30% dismenore sedang dan 14,8% dismenore berat⁽¹⁾.

Berdasarkan data dari *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES), umur rata-rata menarche (menstruasi pertama) pada anak remaja di Indonesia yaitu 12,5 tahun dengan kisaran 9-14 tahun. Di Indonesia angka kejadian dismenore tipe primer adalah sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan dismenore sekunder. Dismenorea terjadi pada remaja dengan prevalensi berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja

mengalami dismenore ringan, sementara angka kejadian endometriosis pada remaja dengan nyeri panggul diperkirakan 25-38%, sedangkan pada remaja yang tidak memberikan respon positif terhadap penanganan untuk nyeri haid, endometriosis ditemukan pada 67% kasus. Kelainan terjadi pada 60-70% wanita di Indonesia dengan 15% diantaranya mengeluh bahwa aktivitas mereka menjadi terbatas akibat dismenore.⁽¹⁾

Dismenore merupakan gejala yang paling sering menyebabkan remaja kesulitan menangani nyeri dismenore. Sebagai remaja memilih untuk minum obat anti nyeri, sebagian besar remaja memilih pergi kedokter untuk konsultasi dan pengobatan lainnya dan bahkan sebagian remaja memilih untuk membiarkan nyeri dismenore hilang dengan sendirinya tanpa melakukan penanganan apapun. Gangguan ini sifatnya subjektif, berat sukar dinilai, walaupun frekuensi dismenore cukup tinggi dan sudah lama dikenal, namun sampai sekarang patogenesisnya belum dapat dipecahkan dengan memuaskan⁽²⁾.

Ramuan jahe adalah varian jahe yang sangat cocok untuk herbal dengan kandungan minyak atsiri dan oleoresinya yang lebih tinggi dibandingkan varian jahe lainnya, karena itu biasanya jahe merah bisa digunakan untuk pengobatan tradisional dan yang paling banyak diberikan adalah dalam bentuk minuman jahe. Jahe merah atau yang bernama latin (*Zingiber Officinale Roscoe*) memiliki rimpang berwarna merah dan lebih kecil, jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yang cukup tinggi.⁽³⁾

Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Bengkulu Tengah 2018, jumlah Sekolah Menengah Pertama (SMP) ada 32 sekolah. Jumlah siswi kelas VIII Sekolah Menengah Pertama 3 tertinggi yaitu yang pertama SMPN 1 Bengkulu Tengah 146 siswi, SMPN 3 Bengkulu Tengah 82 siswi dan SMPN 9 Bengkulu Tengah 82 siswi. ⁽⁴⁾

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan penulis pada tanggal 31 Januari 2018. Dari 25 siswi putri kelas VIII di SMPN 1 Bengkulu Tengah yang tiap bulan mengalami nyeri haid sebanyak 10 siswi, 10 siswi yang lainnya setiap bulan belum pasti mengalami nyeri haid sedangkan yang tidak pernah mengalami nyeri haid 5 siswi. Dalam penanganan masalah nyeri haid, beberapa dari mereka mengkonsumsi obat-obatan dari warung seperti kiranti, feminax dan berobat ke dokter.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh minuman jahe merah (*zingiber officinale roscoe*) dan gula merah yang signifikan terhadap perubahan nyeri haid pada siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah?”. Tujuan penelitian ini untuk mempelajari pengaruh pemberian ramuan jahe merah (*zingiber officinale roscoe*) dan gula merah terhadap perubahan nyeri haid pada siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Bengkulu Tengah sedangkan waktu penelitian akan dilaksanakan pada tanggal 14 Mei – 14 Juni 2018. Jenis dan Desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian *pra eksperiment dengan* rancangan penelitian *One Group pretest-postest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah yang mengalami dismenore. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Total Sampling diperoleh 34 sampel. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari responden ⁽⁵⁾. Analisis data dilakukan dengan analisis Uji Normalitas

Data Dengan Uji Kolmogorov Smirnov, univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan penelitian dengan mengadakan wawancara dan pengisian data ke dalam kuesioner kepada siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah sejumlah 34 orang dan sesuai dengan kriteria inklusi mengenai pengaruh pemberian ramuan jahe merah (*zingiber officinale roscoe*) dan gula merah terhadap perubahan nyeri haid, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Jahe Merah Dan Gula Merah Hari Pertama Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah

Skala Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Jahe Pada Hari Pertama					
	5	1	2.9	2.9	2.9
	6	9	26.5	26.5	29.4
Valid	7	12	35.3	35.3	64.7
	8	12	35.3	35.3	100.0
	Total	34	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa skala nyeri haid sebelum minum ramuan jahe merah dan gula merah hari 1 sebagai berikut:

Skala nyeri 5 sebanyak 1 orang (2,9%), skala nyeri 6 sebanyak 9 orang (26,5%), skala nyeri 7 sebanyak 12 orang (35,3%), dan skala nyeri 8 sebanyak 12 orang (35,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nyeri Disminore Sesudah Pemberian Jahe Merah Dan Gula Merah Hari Pertama Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah

Skala Nyeri	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	3	1	2.9	2.9
	4	7	20.6	23.5
Valid	5	22	64.7	88.2
	6	4	11.8	100.0
	Total	34	100.0	100.0

Berdasarkan table 2 diatas menunjukkan bahwa skala nyeri haid sesudah minum ramuan jahe merah dan gula merah hari 1 sebagai berikut:

Skala nyeri 3 sebanyak 1 orang (2,9%), skala nyeri 4 sebanyak 7 orang (20,6%), skala nyeri

5 sebanyak 22 orang (64,7%), dan skala nyeri 6 sebanyak 4 orang (11,8%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Jahe Merah Dan Gula Merah Hari Kedua Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah

Skala Nyeri	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
3	1	2.9	2.9	2.9
4	7	20.6	20.6	23.5
Valid 5	24	70.6	70.6	94.1
6	2	5.9	5.9	100.0
Total	34	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa skala nyeri haid sebelum minum ramuan jahe merah dan gula merah hari 2 sebagai berikut:

Skala nyeri 3 sebanyak 1 orang (2,9%), skala nyeri 4 sebanyak 7 orang (20,65%), skala nyeri 5 sebanyak 24 orang (70,6%), dan skala nyeri 6 sebanyak 2 orang (5,9%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Nyeri Disminore Sesudah Pemberian Jahe Merah Dan Gula Merah Hari Kedua Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah

Skala Nyeri	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	1	2.9	2.9	2.9
2	15	44.1	44.1	47.1
Valid 3	14	41.2	41.2	88.2
4	4	11.8	11.8	100.0
Total	34	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa skala nyeri haid sebelum minum ramuan jahe merah dan gula merah hari 2 sebagai berikut:

Skala nyeri 1 sebanyak 1 orang (2,9%), skala nyeri 2 sebanyak 15 orang (44,1%), skala nyeri 3 sebanyak 14 orang (41,2%), dan skala nyeri 4 sebanyak 4 orang (11,8%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Mean, Median, dan Modus Nyeri Disminore Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah

Skala Nyeri	Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1	Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1	Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2	Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2
Valid	34	34	34	34
Missing	0	0	0	0
Mean	7.03	4.85	4.79	2.62
Median	7.00	5.00	5.00	3.00
Mode	7 ^a	5	5	2
Std. Deviation	.870	.657	.592	.739
Variance	.757	.432	.350	.546

Analisis Bivariat

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Data Kolmogorov-Smirnov

Skala Nyeri	Faktor 1	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1	1	.221	34	.000	.840	34	.000
Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1	1	.353	34	.000	.787	34	.000
Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2	1	.401	34	.000	.721	34	.000
Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2	1	.269	34	.000	.834	34	.000

Hasil test of nomrmality data keempat kelompok data di atas, tidak signifikan untuk uji Shapiro-Wilk. Dengan hipotesis yang di uji adalah:

Ho: Sample berasal dari populasi berdistribusi normal

Ha: Sampel berasal dari populasi tidak berdistribusi normal.

Dari hasil test of nomarlity di atas didapat nilai signifikan pada uji Shapiro-Wilk dengan sig.(p)=0,000 < $\alpha=0,05$. Sehingga Ha diterima dan Ho ditolak. Jadi sampel tidak berasal dari populasi berdistribusi normal pada taraf signifikan 0,05. Sehingga tidak memenuhi syarat untuk dilakukan uji t dua sampel berhubungan (*paired sample t test*), selanjutnya digunakan *Wilcoxon sign rank test*.

Tabel 7. Hasil Uji Wilcoxon Dan Sign

		N
Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1 - Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1	Negative Differences ^a	34
	Positive Differences ^c	0
	Ties ^e	0
	Total	34
Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2 - Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2	Negative Differences ^a	34
	Positive Differences ^c	0
	Ties ^e	0
	Total	34

a. Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1 < Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1

b. Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1 > Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1

c. Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1 = Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1

Dari tabel di atas dapat diketahui: Kolom N baris pertama di tabel frequencies menunjukkan jumlah sampling yang nilai skala nyeri sesudah minum rebusan jahe merah dan gula merah lebih kecil dari skala nyeri sebelum minum rebusan jahe merah dan gula

merah untuk hari pertama demikian juga untuk hari kedua.

Tabel 8. Pengaruh Minuman Jahe Merah Dan Gula Merah Terhadap Perubahan Nyeri Haid Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah

	Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1	Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2
Z	-5.659	-5.659
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.000

Keterangan:

Ho : kedua variabel memiliki nilai yang sama

Ha : kedua variabel memiliki nilai yang berbeda

Karena nilai Asymp.sig (2-tailed) = 0,000 < 0,05 untuk kedua kelompok berpasangan tersebut, berarti signifikan. Maka Ho ditolak dan Ha diterima. Jadi kedua variabel memiliki nilai yang berbeda atau dengan kata lain terjadi perubahan penurunan skala nyeri pada siswa setelah minum rebusan jahe merah dan gula merah baik pada hari pertama maupun pada hari kedua.

Tabel 9. Uji Wilcoxon

	Skala Nyeri	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skala Nyeri Haid Ssdh Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1 - Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 1	Negative Ranks	34 ^a	17.50	595.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	34		
Skala Nyeri Haid Sesudah Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2 - Skala Nyeri Haid Sebelum Minum Rebusan Jahe Merah Dan Gula Merah Hari 2	Negative Ranks	34 ^d	17.50	595.00
	Positive Ranks	0 ^e	.00	.00
	Ties	0 ^f		
	Total	34		

Merah Hari 2

Keterangan:

Ho : kedua variabel memiliki nilai median yang sama

Ha : kedua variabel memiliki nilai median yang berbeda

Karena nilai $\text{asympt.sig}(2\text{-tailed}) = 0,000 < 0,05$ untuk hari pertama dan hari kedua, berarti signifikan. Maka Ho ditolak dan Ha diterima. Jadi kedua variabel memiliki nilai median yang berbeda baik untuk hari pertama maupun untuk hari kedua.

Distribusi Frekuensi Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Jahe Merah Dan Gula Merah Hari Pertama Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah.

Hasil penelitian sebagaimana disajikan pada tabel 3 ditemukan bahwa sebelum diberikan ramuan jahe merah dan gula merah pada hari pertama, sebagian besar siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah mengalami nyeri haid dengan skala nyeri 8-5 yaitu dengan skala nyeri 8 sebanyak 12 orang (35,3 %), skala nyeri 7 sebanyak 12 orang (35,3%), skala nyeri 6 sebanyak 9 orang (26,5%) dan skala nyeri 5 sebanyak 1 orang (2,9%).

Nyeri berat saat haid yang terjadi pada siswi ini disebabkan banyak hal, salah satunya berkaitan dengan faktor endokrin yaitu peningkatan kadar prostaglandin. Ketika menstruasi, meluruhlah lapisan lainnya yang mengakibatkan nyeri. Nyeri ini timbul sebagai reaksi pengeluaran mediator inflamasi (radang) yang dinamakan prostaglandin⁽⁶⁾

Hasil penelitian sebagaimana disajikan pada tabel 4 ditemukan bahwa sesudah diberikan ramuan jahe merah dan gula merah pada hari pertama, sebagian besar siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah mengalami nyeri haid dengan skala nyeri 6-3 yaitu dengan skala nyeri 6 sebanyak 4 orang (11,8 %), skala nyeri 5 sebanyak 22 orang (64,7%), skala nyeri 4 sebanyak 7 orang (20,6%) dan skala nyeri 3 sebanyak 1 orang (2,9%).

Berdasarkan hasil penelitian pada hari pertama ini didapatkan bahwa perubahan nyeri haid sebelum pemberian ramuan jahe merah

dan gula merah ini memiliki skala nyeri berat dengan skala 8-5, setelah dilakukan pemberian ramuan jahe merah dan gula merah skala nyeri haid mengalami perubahan nyeri haid menjadi sedang dengan skala 6-3.

Distribusi Frekuensi Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Jahe Merah Dan Gula Merah Hari Kedua Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah.

Hasil penelitian sebagaimana disajikan pada tabel 5 ditemukan bahwa sebelum diberikan ramuan jahe merah dan gula merah pada hari kedua, sebagian besar siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah mengalami nyeri haid dengan skala nyeri 6-3 yaitu dengan skala nyeri 6 sebanyak 2 orang (5,9 %), skala nyeri 5 sebanyak 24 orang (70,6%), skala nyeri 4 sebanyak 7 orang (20,65%) dan skala nyeri 3 sebanyak 1 orang (2,9%).

Disminore dapat menyebabkan keluhan fisik seperti sakit perut bagian bawah, sakit kepala, sakit punggung, paha, panggul, mual, muntah dan masalah kulit lainnya seperti munculnya jerawat. Cara mengatasi disminore ada bermacam-macam dari yang paling sederhana seperti istirahat, mengompres dengan air hangat, melakukan hobby, minum-minuman herbal, pijat, hingga pemberian obat-obat pereda nyeri.⁽⁷⁾

Nyeri haid atau disminore jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan.⁽⁸⁾ Pada penelitian ini peneliti mengukur besar skala nyeri yang dialami oleh masing-masing responden saat mengalami disminore. Hasil pengukuran ini dilakukan peneliti selama hari pertama dan hari kedua menstruasi karena kebanyakan dari responden mengalami disminore pada hari-hari tersebut.

Setelah diukur skala nyeri yang dialami oleh responden saat mengalami disminore masing-masing responden diberikan ramuan jahe merah dan gula merah kemudian setelah itu diukur lagi skala nyeri yang dialami oleh responden. Maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan jahe merah dan gula merah

untuk mengetahui efek farmatologinya terhadap nyeri disminore.

Hasil penelitian sebagaimana disajikan pada tabel 6 ditemukan bahwa sesudah diberikan ramuan jahe merah dan gula merah pada hari pertama, sebagian besar siswi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah mengalami nyeri haid dengan skala nyeri 4-1 yaitu dengan skala nyeri 4 sebanyak 4 orang (11,8 %), skala nyeri 3 sebanyak 14 orang (41,2%), skala nyeri 2 sebanyak 15 orang (44,1%) dan skala nyeri 1 sebanyak 1 orang (2,9%).

Berdasarkan hasil penelitian pada hari pertama ini didapatkan bahwa perubahan nyeri haid sebelum pemberian ramuan jahe merah dan gula merah ini memiliki skala nyeri berat dengan skala 6-3, setelah dilakukan pemberian ramuan jahe merah dan gula merah skala nyeri haid mengalami perubahan nyeri haid menjadi ringan dengan skala 4-1. Terlihat bahwa pemberian ramuan jahe merah dan gula merah mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perubahan nyeri haid.

Penelitian mengenai efek farmatologi jahe merah meliputi senyawa-senyawa *fenol*, seperti turunan *gingerol*, *shogaol* dan *gingerdion*. Penelitian terhadap *gingerol* yang berasal dari rimpang jahe merah menunjukkan bahwa senyawa-senyawa ini memberikan efek kuat dalam menghambat biosintesis dan prostaglandin.⁽⁹⁾ Jahe merah juga mengandung minyak astiri yang kemudian dilakukan percobaan klinik yang menunjukkan bahwa larutan 5% minyak astiri jahe bersifat anestesi yang cukup efektif mencegah gangguan mual dan muntah.⁽⁹⁾

Pengaruh Pemberian Ramuan Jahe Merah (*Zingiber Officinale Roscoe*) Dan Gula Merah Terhadap Perubahan Nyeri Haid Pada Siswi Kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah pemberian ramuan jahe merah dan gula merah, pada hari pertama dan hari kedua terdapat skala nyeri yang sama yaitu 2 skala. Hal ini menunjukkan bahwa diberi perlakuan atau tidak, rasa nyeri haid tetap ada. Perbedaan rata-rata skala nyeri haid sebelum dan sesudah perlakuan pemberian

ramuan jahe merah dan gula merah dapat mengurangi skala nyeri haid meskipun dalam skala yang kecil.

Berdasarkan dari hasil uji *Wilcoxon Sign Rank-Test* diperoleh nilai *Asymp.sig* (2-tailed) = 0,000 < 0,05 untuk hari pertama dan hari kedua, berarti signifikan. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi kedua variabel memiliki nilai yang berbeda atau dengan kata lain terjadi perubahan penurunan skala nyeri pada siswi yang telah minum ramuan jahe merah dan gula merah baik pada hari pertama maupun pada hari kedua.

Ramuan jahe merah ini terdiri dari jahe merah 15 gram, gula merah yang sudah dicairkan 2 sendok makan dan air 400 ml. Pertama kali dilakukan jahe merah dicuci hingga bersih kemudian dikupas dan diiris. Lalu semua bahan dimasukkan ke dalam air dan direbus hingga air tersisa 200 ml. Ramuan ini diminum 1 kali sehari sesudah makan dan langsung habis⁽¹⁰⁾.

Jahe merah mengandung zat yang dapat menghentikan kerja prostaglandin yang menyebabkan rasa sakit dan peradangan pembuluh darah, sehingga nyeri yang dialami responden akibat menstruasi menjadi lebih ringan setelah minum jahe merah⁽¹¹⁾. Hal ini sesuai dengan teori bahwa sistem pengobatan jahe bisa digunakan untuk mengatasi nyeri akibat menstruasi dengan cara menghentikan kerja prostaglandin yang merupakan penyebab rasa sakit dan peradangan pembuluh darah dan meredakan kram.⁽¹²⁾

Beberapa komponen kimia yang terdapat dalam jahe merah adalah *gingerol*, *shogaol* dan *zingeron*. Komponen-komponen ini memberikan efek farmatologi dan fisiologi seperti antioksidan, anti-inflammasi, analgetik, antikarsinogenik, non-toksik dan non-mutagenik meskipun pada konsentrasi tinggi, ini artinya, jahe mengandung zat yang berhasiat menghilangkan rasa sakit dan mual saat menstruasi.⁽¹³⁾ Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah pemberian air rebusan jahe terhadap intensitas nyeri haid pada mahasiswa

semester 7 Stikes Aisyiyah Yogyakarta yang ditunjukkan dengan menunjukkan nilai t test sebesar 24,106 pada pd 19 dengan taraf signifikansi (p) 0,0000.⁽¹⁴⁾

SIMPULAN

Ada pengaruh pemberian ramuan jahe merah terhadap perubahan nyeri haid pada sisiwi kelas VIII SMPN 1 Bengkulu Tengah yang ditunjukkan dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank-Test* dengan menunjukkan nilai $Asymp.sig(2-tailed) = 0,000 < 0,05$ untuk kedua kelompok berpasangan tersebut, berarti signifikan. Jadi, kedua variabel memiliki nilai yang berbeda atau dengan kata lain terjadi perubahan penurunan nyeri pada siswi setelah minum ramuan jahe merah dan gula merah baik hari pertama maupun pada hari kedua.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nurwana, (2016), *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMA NEGERI 1 KENDARI Tahun 2016*. *Jurnal Global Health Science, Volume 2 Issue 2*.
2. Lubis. L.N, (2013), *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksinya Ditinjau Dari Aspek Fisik dan Psikologinya*. Jakarta: Prenada Media Group
3. Utari. D.M, (2015), *Pengaruh Pemberian Ramuan Jahe Terhadap Nyeri Haid Mahasiswi STIKES PMC Tahun 2015*. *Jurnal Iptek Terapan Research of Applied Science and Education V11./3 (257-264)*
4. Dinas Pendidikan. *Profil Pendidikan Kabupaten Bengkulu Tengah Tahun 2018*. Bengkulu: Dinas Pendidikan. 2018
5. Sugiyono. (2013), *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika
6. Kumalasari. I, (2013), *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
7. Laila. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta: Buku Biru
8. Anugroho, W. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta : C. V ANDI OFFSET
9. Andriani. D, (2017). *Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Perubahan Nyeri Disminore*. *Jurnal Maternity, 2017-ejurnal.akbidcm.ac.id*
10. Ramadhan, (2013). *Aneka Manfaat Ampuh Rimpang Jahe Untuk Pengobatan*. Yogyakarta: Diandra Pustaka Indonesia
11. Satya. B, (2013), *Koleksi Tumbuhan Berkhasiat*. Yogyakarta: Rapha Publishing
12. Wijaya, S. (2012). *Khasiat dan Manfaat Jahe Bagi Kesehatan*. Jogjakarta. Penerbit: Andi
13. Koes, Irianto, (2009), *Sehat Dengan Tanaman Obat*. Bandung: PT. Sarana Ilmu Pustaka
14. Willis, A. R. (2011), *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Mahasiswa Semester 7 Stikes Aisyiyah Yogyakarta*