

ABSTRAK

EFEKTIFITAS PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU DAN MADU TERHADAP PENURUNAN NYERI HAID PADA REMAJA DI POSYANDU SINDANG BARU KECAMATAN TOILI KABUPATEN BANGGAI

Novi Tri Hastuti¹, Devy Putri Nursanti²

Universitas STRADA Indonesia

Email : novitrihastuti11@gmail.com

Pada saat menstruasi perempuan kadang mengalami nyeri, sifat dan tingkat nyeri bervariasi, tergantung dari ambang batas sakit perempuan masing-masing. Rasa nyeri pada menstruasi yang berlebihan disebut dismenorea dan salah satu penanganan nyeri dismenorea tersebut dengan non farmakologis. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis efektifitas pemberian air kelapa hijau dan madu terhadap penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.

Desain penelitian menggunakan penelitian *Quasy Experimental* dengan rancangan *one group pre test-post test design*. sampel penelitian yaitu sebanyak 32 responden. metode pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan SOP dan kuesioner NRS. Analisis uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 32 responden, sebagian besar responden sebelum pemberian air kelapa hijau dan madu mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 17 responden (53,1%), sebagian besar responden sesudah pemberian air kelapa hijau dan madu mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 19 responden (59,4%). hasil uji statistik wilcoxon didapatkan $p \text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya pemberian air kelapa hijau dan madu efektif terhadap penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.

Disarankan agar tenaga kesehatan dapat bekerjasama dengan kader posyandu desa untuk dapat memberikan informasi atau penyuluhan tentang manfaat air kelapa hijau dan madu dalam membantu mengatasi nyeri haid.

Kata Kunci : Pemberian Air kelapa hijau dan madu, nyeri haid, remaja

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF GIVING GREEN COCONUT WATER AND HONEY TOWARDS REDUCING MENSTRUAL PAIN IN ADOLESCENTS AT POSYANDU SINDANG BARU TOILI DISTRICT BANGGAI REGENCY

Novi Tri Hastuti¹, Devy Putri Nursanti²
STRADA Indonesia University
Email: novitrihastuti11@gmail.com

During menstruation, women sometimes experience pain, the nature and level of pain vary, depending on the pain threshold of each woman. Excessive pain during menstruation is called dysmenorrhea and one of the treatments for dysmenorrhea pain is non-pharmacological. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of giving green coconut water and honey to reduce menstrual pain in adolescents at Posyandu Sindang Baru, Toili District, Banggai Regency.

The research design used Quasy Experimental research with a one group pre-test-post-test design. The research sample was 32 respondents. The sampling method used Purposive sampling technique. Data collection using SOP and NRS questionnaire. Statistical test analysis using Wilcoxon test with a significance level of $\alpha = 0.05$.

Based on the results of the study showed that out of 32 respondents, most respondents before giving green coconut water and honey experienced moderate pain, namely 17 respondents (53.1%), most respondents after giving green coconut water and honey experienced mild pain, namely 19 respondents (59.4%). The results of the Wilcoxon statistical test obtained a p value = 0.000 < α 0.05, so H_0 was rejected and H_1 was accepted, which means that giving green coconut water and honey is effective in reducing menstrual pain in adolescents at the Sindang Baru Posyandu, Toili District, Banggai Regency.

It is recommended that health workers can work together with village posyandu cadres to be able to provide information or counseling about the benefits of green coconut water and honey in helping to overcome menstrual pain.

Keywords: Giving green coconut water and honey, menstrual pain, adolescents