

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Juni sampai juli 2023 di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Kuta Utara. Sekolah Menengah Pertama (SMPN) 1 Kuta Utara adalah salah satu tempat pendidikan ditingkat menengah pertama yang sudah terakreditasi A, di sekolah ini juga memiliki sarana prasarana yang sangat lengkap yaitu terdapat 30 ruang kelas, 3 ruang laboratorium, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang UKS, dan lapangan yang luas. di sekolah ini juga terdapat 671 orang jumlah siswa laki-laki, 575 orang jumlah siswi perempuan dan 59 orang jumlah staf pengajar.

Di sekolah ini belum pernah dilakukan penelitian tentang efektifitas yoga terhadap intensitas nyeri *dismenore* pada responden di Sekolah Menengah Pertama (SMPN) 1 Kuta Utara. Peneliti mengambil responden kelas VII yang mengalami *dismenore* primer dengan jumlah 40 responden yang mengalami *dismenore*.

B. Analisis Univariat

1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Hasil univariat menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Hasil analisis univariat diuraikan sebagai berikut :

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karateristik	F	%
1	Umur		
	11 Tahun	5	12.5
	12 Tahun	33	82.5
	13 Tahun	2	5.0
	Total	40	100.0
2	Umur Menarche		
	Umur 11 Tahun	13	32.5
	umur 12 Tahun	22	55.0
	Umur 13 Tahun	5	12.5
	Total	40	100.0
3	Lama Haid		
	1-5 Hari	7	17.5
	6-10 Hari	33	82.5
	>10 Hari	0	0
	Total	40	100.0

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui karakteristik responden berdasarkan umur menunjukkan sebagian besar yaitu 33 orang (82,8%) berumur 12 tahun. Berdasarkan umur *menarche* sebagian besar responden 22 orang (55%) *menarche* umur 12 tahun. Berdasarkan lama haid dapat diketahui menunjukkan 33 orang (82,5%) lama haidnya antara 6-10 hari.

2. Tingkat Nyeri Sebelum Diberikan Yoga

Adapun distribusi frekuensi data hasil identifikasi tingkat nyeri sebelum diberikan yoga pada remaja putri di SMPN 1 Kuta Utara dapat dilihat pada tabel 5.2.

Tabel 5.2
Tingkat Nyeri Sebelum Diberikan Yoga

No	Tingkat Nyeri Sebelum	F	%
1	Tidak Nyeri	0	0
2	Nyeri Ringan	8	20,0
3	Nyeri Sedang	32	80,0
4	Nyeri Berat	0	0
Total		40	100

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat nyeri sebelum diberikan yoga yaitu nyeri sedang sebanyak 32 orang (80%) dan nyeri ringan sebanyak 8 orang (20%).

3. Tingkat Nyeri Sesudah Diberikan Yoga

Adapun distribusi frekuensi data hasil identifikasi tingkat nyeri sesudah diberikan yoga pada remaja putri di SMPN 1 Kuta Utara dapat dilihat pada tabel 5.3.

Tabel 5.3
Tingkat Nyeri Sesudah Diberikan Yoga

No	Tingkat Nyeri Sesudah	F	%
1	Tidak Nyeri	10	25,0
2	Nyeri Ringan	30	75,0
3	Nyeri Sedang	0	0
4	Nyeri Berat	0	0
Total		40	100

Dari tabel diatas menunjukkan tingkat nyeri setelah diberikan yoga sebagian besar yaitu nyeri ringan sebanyak 30 orang (75%) dan tidan nyeri sebanyak 10 orang (25%).

4. Uji Normalitas Data

Penelitian ini menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel <50 orang. Berikut hasil ujia normalitas penelitian.

Tabel 1.4
Uji Normalitas *Shapiro Wilk*

Intensitas <i>Dismonorea</i>	<i>Shapiro Wilk</i>		Keterangan
	N	P	
Pretest	40	0,000	Tidak Normal
Postest	40	0,000	Tidak Normal

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data tidak berdistribusi normal dibuktikan hasil uji normalitas data menunjukkan nilai $p < 0,05$.

C. Analisis Bivariat

Pada hasil uji bivariat ditampilkan hasil analisa efektivitas yoga terhadap intensitas *dismenore* pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Kuta Utara yang dapat dilihat pada tabel 5.5 dibawah ini :

Tabel 5.5
Analisis Efektivitas Yoga Terhadap Intensitas *Dismenore* Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Kuta Utara.

No	Variabel	p
1	Tingkat Nyeri Sebelum	
2	Tingkat Nyeri Sesudah	0,000

Berdasarkan hasil pada tabel 5.5 dapat diketahui terjadinya perubahan tingkat nyeri yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan yoga. Hal ini terlihat dari hasil analisis statistik yang menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *p value* pada tingkat nyeri yaitu $0,000 < \alpha 0,05$. Dengan demikian H_1 diterima yaitu ada Pengaruh efektivitas yoga terhadap intensitas

dismenore pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1
Kuta Utara.