

## DAFTAR PUSTAKA

- Cascino G, R. V. D. G. B. E. D. G. C. M. P. et al. (n.d.). *Adult a*Alharbi, Khalid Saad, Muhammad Shahid Nadeem, Obaid Afzal, Sami I. Alzarea, Abdulmalik S.A. Altamimi, Waleed Hassan Almalki, Bismillah Mubeen, Saima Iftikhar, Luqman Shah, and Imran Kazmi. 2022. "Gingerol, a Natural Antioxidant, Attenuates Hyperglycemia and Downstream Complications." *Metabolites*. MDPI. <https://doi.org/10.3390/metabo12121274>.
- Bandur, Agustinus. 2020. *Penelitian Kualitatif Studi Multi Disiplin Keilmuan Dengan NVivo 12 Plus*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Haposanita, Riama, Patria Jati, Sutopo, and Anneke Suparwati. 2014. "Hubungan Antara Persepsi Ibu Hamil Tentang Mutu Pelayanan Antenatal Dengan." *Jurnal Kesehatan Masyarakat 2* (2): 157–62.
- Hasan, Akhmad Endang Zainal, Dimas Andrianto, Mega Safithri, and Ilham Gilang Cahya Ahmada. 2023. "Total Phenolics, Flavonoids, and Antioxidant Activities of Indonesian Apis Dorsata Honey Due to Heating." *Indonesian Journal of Applied Research (IJAR)* 4 (2): 84–93. <https://doi.org/10.30997/ijar.v4i2.265>.
- Hawari, Dadang. 2016. *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. II. Jakarta: FKUI.
- Kadir Akmarawita. 2005. "PERUBAHAN HORMON TERHADAP STRESS."
- Khaki, Arash, Amir Afshin Khaki, Laleh Hajhosseini, Farhad Sadeghpour Golzar, and Nava Ainehchi. 2014. "Diabetes Rats ." *Afr J Tradit Complement Altern Med* 11: 1–8.
- Kiani, Zahra, Masoumeh Simbar, Sepideh Hajian, and Farid Zayeri. 2021. "The Prevalence of Depression Symptoms among Infertile Women: A Systematic Review and Meta-Analysis." *Fertility Research and Practice* 7 (1): 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40738-021-00098-3>.
- Kwon, Soyang, Meghan E. O'neill, and Carolyn C. Foster. 2022. "The Associations of Child's Clinical Conditions and Behavioral Problems with Parenting Stress among Families of Preschool-Aged Children: 2018–2019 National Survey of Child Health." *Children* 9 (2): 2018–19. <https://doi.org/10.3390/children9020241>.
- Lauralee, Sherwood. 2018. *Fisiologi Manusia Dari Sel Ke Sistem*. 9th ed. Jakarta.
- Mustafa, Ghulam, Asia Iqbal, Arshad Javid, Maleeha Manzoor, Sumaira Aslam, Ahmad Ali, Sheikh Muhammad Azam, et al. 2022. "Antibacterial Properties of Apis Dorsata Honey against Some Bacterial Pathogens." *Saudi Journal of Biological Sciences* 29 (2): 730–34. <https://doi.org/10.1016/j.sjbs.2021.09.059>.
- Panfilova, Elizaveta. 2021. "Development of a Prototype Lateral Flow Immunoassay of Cortisol in Saliva for Daily Monitoring of Stress." *Biosensors* 11 (5). <https://doi.org/10.3390/bios11050146>.
- Parwata, Made Oka Adi. 2016. "Antioksidan." *Kimia Terapan Program Pascasarjana Universitas Udayana*, no. April: 1–54.
- Permatasari, Annisa Eka. 2020. "The Effect of *Ginger honey* and Cocktail Honey

- Supplementation on Cortisol Levels in Balb/c Female Mice Induced Stress.” *International Journal of Psychosocial Rehabilitation* 24 (4): 5533–40. <https://doi.org/10.37200/ijpr/v24i4/pr201648>.
- Septiani, P. 2022. “Skripsi Gambaran Kejadian Depresi Ibu Postpartum Primipara Di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu Dan Anak Siti Fatimah Kota Makassar. Universitas Hasanuddin.” 2022.
- Susanto, Budiman Eko. 2017. *Sistem Pencernaan Makanan Pada Tubuh Manusia*. 2017th ed. Yogyakarta: Istana Media.
- Syam, Rahmawati, Syamsul Bakhri Gaffar, Novita Maulidya Jalal, and Perdana Kusuma. 2022. “Psikoedukasi Manajemen Stres Pada Ibu Rumah Tangga.” *AMMA: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1 (10): 1292–96.
- Usman, Andi Nilawati, Indah Raya, Riska Yasmin, Aliyah, Andi Dirpan, Aryadi Arsyad, Annisa Eka Permatasari, Andi Sumidarti, Nurrahmi Umami, and Emmasitah. 2021. “Ginger honey Affects Cortisol, Estrogen and Glutathione Levels; Preliminary Study to Target Preconceptional Women.” *Gaceta Sanitaria* 35 (January): S251–53. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.07.018>.
- Walgito, Bimo. 2017. *Psikologi Sosial*. 2nd ed. Jakarta: Yayasan Mitra Netra.
- Yasmin, Riska, Andi Nilawati Usman, Indah Raya, Andi Dirpan, Rezki Puspitaningsih, and Fendi Fendi. 2020. “Ginger honey as Preconception Supplement for Women: Analysis of Ginger honey Content.” *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*. Vol. 07. *attachment style and salivary alpha-amylase and emotional responses to a psychosocial stressor in women with eating disorders. J Psychosom Res [Internet]*. Retrieved April 20, 2023, from Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0965229921000510>
- Duhig, K., Chappell, L. C., & Shennan, A. H. (2016). Oxidative stress in pregnancy and reproduction. *Obstetric Medicine*, 9(3), 113–116. <https://doi.org/10.1177/1753495X16648495>
- Handayani, V., Ahmad, A. R., & Sudir, M. (2014). Uji Aktivitas Antioksidan Ekstrak Metanol Bunga dan Daun Patikala (*Etilingera elatior* (Jack) R.M.Sm) Menggunakan Metode DPPH. *Pharmaceutical Sciences and Research*, 1(2), 86–93. <https://doi.org/10.7454/psr.v1i2.3321>
- Kaplan, V. (2023). Mental Health States of Housewives: an Evaluation in Terms of Self-perception and Codependency. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(1), 666–683. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00910-1>
- Mamada, S. S., Usmar, Aliyah, Aminullah, Rahayu, A. I., Hidayat, K., & Salampe, M. (2018). Pengaruh Suplementasi Madu Trigona terhadap Parameter Fungsi Hati dan Ginjal Tikus Albino (*Rattus norvegicus*) yang Diberikan Simvastatin. *Jurnal Farmasi Galentika*, 4(1), 36–43. <https://doi.org/10.22487/j24428744.2017.v4.i1.9960>

- Mohammadi, M. (2019). Oxidative Stres and Polycystic Ovary Syndrome : A Breif Review. *International Journal of Preventive Medicine*, 8, 1–7.
- Rao, P. V., Krishnan, K. T., Salleh, N., & Gan, S. H. (2016). Biological and therapeutic effects of honey produced by honey bees and stingless bees: A comparative review. *Brazilian Journal of Pharmacognosy*, 26(5), 657–664. <https://doi.org/10.1016/j.bjp.2016.01.012>
- Saban, K. L., Motley, D., Shawahin, L., Mathews, H. L., Tell, D., De La Pena, P., & Janusek, L. W. (2021). Preliminary evidence for a race-based stres reduction intervention for Black women at risk for cardiovascular disease. *Complementary Therapies in Medicine*, 58. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102710>
- Wiegner, L., Hange, D., Björkelund, C., & Ahlborg, G. (2015). Prevalence of perceived stres and associations to symptoms of exhaustion, depression and anxiety in a working age population seeking primary care - An observational study. *BMC Family Practice*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12875-015-0252-7>
- Yuslianti, E. R. (2018). *Radikal Bebas dan Antioksidan*.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Kuesioner penelitian

Hari / Tgl : .....

Pewawancara : .....

### KUESIONER PENELITIAN

AKTIVITAS FISIK	
IDENTITAS RESPONDEN	
1	NO KUESIONER
2	NAMA RESPONDEN
3	UMUR
4	ALAMAT
5	NO TELEPON / HP
6	SUKU
7	AGAMA
8	PENDIDIKAN TERAKHIR
9	PEKERJAAN <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 60%;"> <p><b>1. Ibu Rumah Tangga      2. PNS      3. WIRASWASTA</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Jenis PNS ....</b></p> </div> <div style="width: 35%; text-align: center;"> <input style="width: 80%; height: 30px;" type="text"/> </div> </div>
10	PENGHASILAN ISTRI :.....
11	PEKERJAAN SUAMI :.....
12	PENGHASILAN SUAMI :.....
13	JUMLAH ANAK :.....
14	TINGGAL BERSAMA SUAMI DAN ANAK  <b>1. Ya</b>  <b>2. Tidak</b>
14	TINGGAL a. Rumah Sendiri b. Rumah kontrak c. Rumah mertua/keluarga

## Lampiran 2. Lembar kuisisioner tingkat stress

### LEMBAR KUESIONER TINGKAT STRES (DASS)

#### Petunjuk Pengisian

Kuisisioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.

2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.

3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda ceklis (√)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara selama **satu minggu terakhir** ini. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.				
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.				
3	Saya merasa sulit untuk bersantai.				
4	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.				
5	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.				
6	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: menunggu sesuatu).				
7	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				
8	Saya merasa sulit untuk beristirahat.				
9	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.				
10	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.				
11	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.				
12	Saya sedang merasa gelisah.				
13	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.				
14	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.				

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

### Lampiran 3. Persetujuan responden

#### LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN DAN NARASUMBER

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) :  
Umur :  
Alamat :

Setelah membaca dan mendengarkan penjelasan penelitian ini (terlampir), maka saya memahami tujuan penelitian ini yang nantinya akan bermanfaat. Saya mengerti bahwa penelitian ini menjunjung tinggi hak-hak saya sebagai Responden dan Narasumber.

Saya sangat memahami bahwa keikutsertaan saya menjadi partisipan pada penelitian ini sangat besar manfaatnya bagi pemahaman dalam merancang teori persepsi terhadap sebuah terapi dalam menurunkan stress. Dengan menandatangani surat persetujuan ini, berarti saya telah menyatakan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini tanpa paksaan dan bersifat sukarela.

Makasar,

Peneliti

Responden

Saksi,

Cindy Fitri Yanti ( ) ( )

## Lampiran 4. Pedoman wawancara

### PEDOMAN WAWANCARA UNTUK WANITA DENGAN ANAK BALITA USIA 0-5 TAHUN


1. Wawancara akan direkam dengan media HP yang akan disatukan dalam Gdrive setelah dilakukan wawancara
2. Sebelum wawancara perkenalkan diri dan jelaskan bahwa ini adalah bagian dari penelitian kuantitatif sebelumnya untuk mengetahui hal-hal yang berkontribusi terhadap penyebab stres yang dialami ibu dan untuk mengetahui pengalaman ibu selama mengonsumsi *Ginger honey*. Diharapkan kontribusi ibu-ibu untuk menjawab dengan sebenar-benarnya sesuai dengan pengalaman yang ibu alami supaya dapat diterapkan bagaimana intervensi *Ginger honey* yang tepat sebagai terapi komplementer.
3. Jelaskan bahwa penelitian ini memiliki aspek etik, yaitu akan sangat menjaga kerahasiaan narasumber dan tidak akan menampilkan data apapun ke publik terkait identitas.
4. Tanyakan persetujuannya dan kemudian mulai wawancara.

#### Pertanyaan:

1. Tanyakan bagaimana perasaan ibu setelah meminum *Ginger honey* selama 14 hari, tanyakan juga pendapat ibu bagaimana pendapatnya tentang *Ginger honey* terhadap stres yang dialami
2. Tanyakan apakah ibu merasa cukup dengan mengonsumsi *Ginger honey* sebanyak 1 kali sekali, jika ibu menjawab tidak cukup maka minta pendapat ibu sebaiknya dikonsumsi berapa kali sehari
3. Tanyakan apakah ibu suka meminum *Ginger honey* pada saat setelah makan pada malam hari. Jika ibu menjawab tidak maka minta ibu untuk memberikan pendapatnya
4. Tanyakan bagaimana sosial support (dukungan suami) dalam pola pengasuhan, dan pengurusan rumah tangga apakah dukungan suami menjadi sumber stres bagi ibu dan apakah dukungan suami juga menjadi sumber untuk mengatasi stres?
5. Tanyakan apakah dengan jumlah anak yang sekarang menambah tingkat stres pada ibu
6. Tanyakan bagaimana pola pengasuhan dalam keluarga, apakah hanya ibu saja yang bertanggung jawab terhadap pola asuh atau sama-sama bertanggung jawab. Tanyakan juga apakah hal tersebut menjadi sumber stres pada ibu
7. Tanyakan pada ibu apakah dengan keadaan ekonomi yang sekarang menjadi sumber stres bagi ibu
8. Tanyakan bagaimana pola komunikasi dalam keluarga terutama dengan suami, apakah pola komunikasi menjadi sumber stres dan sumber untuk mengatasi stres

## Lampiran 5. SOP *Ginger honey*



	<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)</b> <b>GINGER HONEY</b>
<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR</b>	<b>TANGGAL TERBIT DITETAPKAN OLEH</b>  10 Oktober 2023
<b>PENGERTIAN</b>	<i>Ginger honey</i> adalah perpaduan madu dan jahe yang dihomogenkan secara praklinis dan sudah dilakukan uji laboratorium.
<b>TUJUAN</b>	Untuk mencegah dan mengatasi stres, serta menyeimbangkan kadar kortisol pada ibu rumah tangga dengan anak balita usia 0-5 tahun
<b>KEBIJAKAN</b>	Ibu rumah tangga dengan anak balita usia 0-5 tahun yang mengalami stres ringan dan sedang
<b>PETUGAS</b>	Peneliti
<b>PERALATAN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gelas ukur</li> <li>2. Gelas seduh</li> <li>3. Peralatan untuk memanaskan air</li> </ol>
<b>PROSEDUR PELAKSANAAN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Persiapan             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Menyiapkan semua peralatan</li> <li>b. Memanaskan air sampai mendidih</li> </ol> </li> <li>2. Prosedur penyeduhan             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Memasukkan <i>Ginger honey</i> sesuai dosis yang sudah ditakar ke dalam gelas seduh</li> <li>b. Masukkan air hangat sebanyak 100ml</li> <li>c. Diaduk sampai merata</li> </ol> </li> </ol>

## Lampiran 6. Rekomendasi Etik



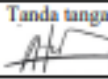

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
Jln. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar 90245, Telp. (0411) 585658,  
E-mail : [fkunhas@gmail.com](mailto:fkunhas@gmail.com), website: <https://fkunhas.ac.id/>

### REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor: 6161/UN4.14.1/TP.01.02/2023

Tanggal: 22 November 2023

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik:

No. Protokol	161123092257	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	Cindy Fitri Yanti	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	<b>Pengaruh Ginger Honey Terhadap Kadar Kortisol pada Ibu Rumah Tangga dengan Anak Balita 0-5 Tahun</b>		
No. Versi Protokol	1	Tanggal Versi	16 November 2023
No. Versi PSP	1	Tanggal Versi	16 November 2023
Tempat Penelitian	<b>Kota Makassar</b>		
Judul Review	<input type="checkbox"/> Exempted <input checked="" type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku <b>22 November 2023 Sampai 22 November 2024</b>	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan	 Tanggal 16 November 2023
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM,M.Kes	Tanda tangan	 Tanggal 22 November 2023

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporkan penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan



## Lampiran 7. Izin penelitian Kesbangpol



**PEMERINTAH KOTA MAKASSAR**  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
Jl. Jendral Ahmad Yani No. 2 Makassar 90171  
Website: [dpmpstp.makassarkota.go.id](http://dpmpstp.makassarkota.go.id)



### SURAT KETERANGAN PENELITIAN Nomor: 070/740/SKP/SB/DPMPSTP/11/2023

#### DASAR:

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Keterangan Penelitian.
- Peraturan Daerah Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan Organisasi Perangkat Daerah
- Peraturan Walikota Nomor 4 Tahun 2023 tentang Penyelenggaraan Perizinan Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan
- Keputusan Walikota Makassar Nomor 954/503 Tahun 2023 Tentang Pendelegasian Kewenangan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan yang Menjadi Kewenangan Pemerintah Daerah Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Makassar Tahun 2023
- Surat Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Sulawesi Selatan nomor 070/740/SKP/SB/DPMPSTP/11/2023, Tanggal 15 November 2023
- Rekomendasi Teknis Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar nomor 738/SKP/SB/BKBP/11/2023

#### Dengan Ini Menerangkan Bahwa :

Nama	:	CINDY FITRI YANTI
NIM / Jurusan	:	P102221014 / Kebidanan
Pekerjaan	:	Mahasiswa (S2)
Alamat	:	Jl. P. Kemerdekaan Km. 10 Makassar
Lokasi Penelitian	:	Terlampir,-
Waktu Penelitian	:	30 November 2023 - 31 Januari 2024
Tujuan	:	Tesis
Judul Penelitian	:	" PENGARUH GINGER HONEY TERHADAP KADAR KORTISOL PADA IBU RUMAH TANGGA DENGAN ANAK BALITA 0-5 TAHUN "

Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan memenuhi ketentuan sebagai berikut:

- Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan selama waktu yang sudah ditentukan dalam surat keterangan ini.
- Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang tidak sesuai / tidak ada kaitannya dengan judul dan tujuan kegiatan penelitian.
- Melaporkan hasil penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar melalui email [bidangpoldagrikesbangpolmks@gmail.com](mailto:bidangpoldagrikesbangpolmks@gmail.com).
- Surat Keterangan Penelitian ini dicabut kembali apabila pemegangnya tidak menaati ketentuan tersebut diatas.



Ditetapkan di Makassar

Pada tanggal: 2023-11-22 16:26:54



Ditandatangani secara elektronik oleh  
**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL  
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
KOTA MAKASSAR**

**A. ZULKIFLY, S.STP., M.Si.**

Tembusan Kepada Yth:

- Pimpinan Lembaga/Instansi/Perusahaan Lokasi Penelitian;
- Pertinggal,-

Lampiran 8. Izin penelitian Dinkes Makassar

**PEMERINTAH KOTA MAKASSAR**  
**DINAS KESEHATAN**  
Jl. Teduh Bersinar No. 1 Makassar

No : 440/7/PSDK/08/2023  
Lamp :-  
Perihal : Penelitian

Kepada Yth,  
Kepala Puskesmas Tamaleneas  
Di -  
Tempat

Sehubungan surat dari Badan Kesehatan Bangsa dan Keatukan Poltek No : 070950/SKP/OPMPTSP/03/2023 tanggal 6 November 2023, maka bersama ini di sampaikan kepada saudara bahwa :

Nama : Cindy Fitri Yanti  
NIM : P102221914  
Pekerjaan : S2 Kebidanan  
Institusi :  
Tanggal Penelitian : 30 November 2023 s/d 31 Januari 2023  
Judul Disertasi : Pengaruh ginger honey terhadap kadar kortisol pada ibu rumah tangga dengan anak balita 0-5 tahun

Akan melaksanakan kegiatan persiapan penelitian di wilayah kerja yang saudara pimpin. Demikian disampaikan atas kerjasamanya diucapkan terima kasih

Makassar, 4 Desember 2023  
Kepala Dinas Kesehatan  
Kota Makassar  
dr. Nurhidah Sirajuddin M. Kas  
Pembina TK I/IV B  
NIP : 19730112 2006042012



## Lampiran 9. Keterangan Selesai Penelitian Lab HUMRC

	<b>ADMINISTRASI</b>	<b>FORMULIR 2</b>
	Nomor : 047/01/FR2/2023	Tanggal : 30 Januari 2024
<b>SURAT KETERANGAN</b> <b>SELESAI PENGAMBILAN DATA/ ANALISA BAHAN HAYATI</b>		

Dengan hormat,

Dengan ini menerangkan bahwa peneliti/mahasiswa berikut ini :

Nama : Cindy Fitri Yanti  
NIM : P102221014  
Institusi : S2 Ilmu Kebidanan Sekolah PascaSarjana UNHAS  
Judul Penelitian : **Pengaruh Ginger Honey Terhadap Kadar Kortisol Pada Ibu Rumah Tangga Dengan Anak Balita Usia 0-5 Tahun**

**Telah selesai** melakukan pengambilan data/ analisa bahan hayati :

Pada tanggal : 26 Januari 2024  
Jumlah subjek : ± 40 Sampel  
Jenis data : Data Primer

Dengan staf pendamping/pembimbing :

Nama : Nur Samsi, S.Si.  
Konsultansi : -

**Surat keterangan ini juga merupakan penjelasan bahwa peneliti/mahasiswa diatas tidak mempunyai sangkutan lagi pada unit/laboratorium kami.**

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pendamping/Pembimbing



**Nur Samsi, S.Si.**  
NIP

Mengetahui,  
Kepala Laboratorium,  
  
**dr. Rusdina Bte Ladju, Ph.D**  
NIP 198108302012122002



## Lampiran 10. Output SPSS

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreTest Eksperimen	20	1.69	12.66	4.0484	2.41475
PostTest Eksperimen	20	.06	12.97	4.8983	3.55052
PreTest Kontrol	20	.06	10.65	3.1201	2.37915
PostTest Kontrol	20	-.14	8.46	3.2125	2.34208
Valid N (listwise)	20				

Tests of Normality							
Kelompok	Statistic	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		Shapiro-Wilk			Sig.
		df	Sig.	Statistic	Df	Sig.	
Hasil Kortisol	PreTestEks	.199	20	.037	.750	20	.000
	PostTestEks	.145	20	.200*	.935	20	.193
	PreTestKon	.187	20	.064	.862	20	.008
	PostTestKon	.101	18	.200*	.956	18	.519

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**Descriptives**

				Statistic	Std. Error	
Kortisol PreTest	Intervensi	Mean		4.0484	.53995	
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2.9183		
			Upper Bound	5.1786		
		5% Trimmed Mean		3.7013		
		Median		3.4494		
		Variance		5.831		
		Std. Deviation		2.41475		
		Minimum		1.69		
		Maximum		12.66		
		Range		10.97		
		Interquartile Range		2.51		
		Skewness		2.527	.512	
		Kurtosis		8.392	.992	
		Kontrol	Mean		3.1201	.53199
			95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2.0067	
	Upper Bound			4.2336		
	5% Trimmed Mean			2.8717		
	Median			2.9965		
	Variance			5.660		
	Std. Deviation			2.37915		
	Minimum			.06		
	Maximum			10.65		
	Range			10.59		
Interquartile Range		2.25				
Skewness		1.619	.512			
Kurtosis		4.510	.992			
Kortisol PostTest	Intervensi	Mean		4.8983	.79392	
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3.2366		

		Upper Bound	6.5600	
		5% Trimmed Mean	4.7187	
		Median	4.7936	
		Variance	12.606	
		Std. Deviation	3.55052	
		Minimum	.06	
		Maximum	12.97	
		Range	12.90	
		Interquartile Range	5.33	
		Skewness	.798	.512
		Kurtosis	.070	.992
Kontrol	Mean		3.2125	.52371
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2.1164	
		Upper Bound	4.3086	
	5% Trimmed Mean		3.1073	
	Median		3.2164	
	Variance		5.485	
	Std. Deviation		2.34208	
	Minimum		-.14	
	Maximum		8.46	
	Range		8.60	
	Interquartile Range		3.72	
	Skewness		.385	.512
	Kurtosis		-.279	.992

### Hasil Kortisol Kelompok *Ginger honey*

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
PostTest - PreTest	Negative Ranks	9 <sup>a</sup>	8.78	79.00
	Positive Ranks	11 <sup>b</sup>	11.91	131.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	20		

a. PostTest < PreTest

b. PostTest > PreTest

c. PostTest = PreTest



**Test Statistics<sup>a</sup>**

	PostTest – PreTest
Z	-.971 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.332

**Hasil Kortisol Kelompok madu**

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
PostTest Kontrol - PreTest Kontrol	Negative Ranks	11 <sup>a</sup>	9.64	106.00
	Positive Ranks	9 <sup>b</sup>	11.56	104.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	20		

- a. PostTest Kontrol < PreTest Kontrol
- b. PostTest Kontrol > PreTest Kontrol
- c. PostTest Kontrol = PreTest Kontrol

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	PostTest Kontrol - PreTest Kontrol
Z	-.037 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.970

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

**Dass Ginger honey**

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreTest Eksperimen Dass	20	15	25	16.60	2.854
PostTest Eksperimen Dass	20	4	21	10.70	5.222
PreTestKontrol Dass	20	15	22	16.35	2.231
PostTest Kontrol Dass	20	9	21	15.20	3.139
Valid N (listwise)	20				

**Descriptives**

	Intervensi dan Kontrol	Statistic	Std. Error
DASS PreTest	Intervensi Mean	16.60	.638

		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	15.26	
			Upper Bound	17.94	
		5% Trimmed Mean		16.22	
		Median		15.00	
		Variance		8.147	
		Std. Deviation		2.854	
		Minimum		15	
		Maximum		25	
		Range		10	
		Interquartile Range		2	
		Skewness		2.140	.512
		Kurtosis		3.933	.992
	Kontrol	Mean		16.35	.499
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	15.31	
			Upper Bound	17.39	
		5% Trimmed Mean		16.11	
		Median		15.00	
		Variance		4.976	
		Std. Deviation		2.231	
		Minimum		15	
		Maximum		22	
		Range		7	
		Interquartile Range		2	
		Skewness		1.880	.512
		Kurtosis		2.679	.992
DASS PostTest	Intervensi	Mean		10.70	1.168
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	8.26	
			Upper Bound	13.14	
		5% Trimmed Mean		10.50	
		Median		8.50	
		Variance		27.274	
		Std. Deviation		5.222	
		Minimum		4	
		Maximum		21	
		Range		17	
		Interquartile Range		9	
		Skewness		.793	.512
		Kurtosis		-.570	.992
	Kontrol	Mean		15.20	.702
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	13.73	

	Upper Bound	16.67	
	5% Trimmed Mean	15.22	
	Median	15.00	
	Variance	9.853	
	Std. Deviation	3.139	
	Minimum	9	
	Maximum	21	
	Range	12	
	Interquartile Range	3	
	Skewness	-.194	.512
	Kurtosis	.423	.992

### Tests of Normality

	Intervensi dan Kontrol	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statisti c	df	Sig.	Statisti c	df	Sig.
DASS PreTest	Intervensi	.333	20	.000	.633	20	.000
	Kontrol	.312	20	.000	.660	20	.000
DASS PostTest	Intervensi	.228	20	.008	.880	20	.017
	Kontrol	.175	20	.112	.934	20	.181

a. Lilliefors Significance Correction

### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
PostTest Eksperimen	Negative Ranks	15 <sup>a</sup>	10.97	164.50
Dass - Petest Eksperimen	Positive Ranks	3 <sup>b</sup>	2.17	6.50
Dass	Ties	2 <sup>c</sup>		
	Total	20		

a. PostTest Eksperimen Dass < Pretest Eksperimen Dass

b. PostTest Eksperimen Dass > Pretest Eksperimen Dass

c. PostTest Eksperimen Dass = Pretest Eksperimen Dass

### Dass *Ginger honey*

#### Test Statistics<sup>a</sup>

	PostTest Eksperimen Dass - Pretest Eksperimen Dass
Z	-3.447 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

**DASS kontrol**

### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest kontrol - pretes kontrol	Negative Ranks	12 <sup>a</sup>	11.50	138.00
	Positive Ranks	7 <sup>b</sup>	7.43	52.00
	Ties	1 <sup>c</sup>		
	Total	20		

a. posttest kontrol < pretes kontrol

b. posttest kontrol > pretes kontrol

c. posttest kontrol = pretes kontrol

### Test Statistics<sup>a</sup>

posttest kontrol - pretes kontrol	
Z	-1.743 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.081

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

### Umur \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

			Intervensi dan Kontrol		Total
			Intervensi	Kontrol	
Umur	20-35 Tahun	Count	15	17	32
		% within Intervensi dan Kontrol	75.0%	85.0%	80.0%
	>35 Tahun	Count	5	3	8
		% within Intervensi dan Kontrol	25.0%	15.0%	20.0%
Total	Count	20	20	40	
	% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.625 <sup>a</sup>	1	.429		
Continuity Correction <sup>b</sup>	.156	1	.693		
Likelihood Ratio	.630	1	.427		
Fisher's Exact Test				.695	.347
Linear-by-Linear Association	.609	1	.435		
N of Valid Cases	40				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.00.

b. Computed only for a 2x2 table

### Jumlah anak \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

Intervensi dan Kontrol | Total

			Intervensi	Kontrol	
Jumlah anak	Primipara	Count	7	4	11
		% within Intervensi dan Kontrol	35.0%	20.0%	27.5%
	Multipara	Count	12	15	27
		% within Intervensi dan Kontrol	60.0%	75.0%	67.5%
	Grande Multipara	Count	1	1	2
		% within Intervensi dan Kontrol	5.0%	5.0%	5.0%
Total	Count	20	20	40	
	% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.152 <sup>a</sup>	2	.562
Likelihood Ratio	1.163	2	.559
Linear-by-Linear Association	.800	1	.371
N of Valid Cases	40		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.00.

### Pendidikan Ibu \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

			Intervensi dan Kontrol		Total
			Intervensi	Kontrol	
Pendidikan Ibu	Rendah	Count	20	17	37
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	85.0%	92.5%
	Tinggi	Count	0	3	3
		% within Intervensi dan Kontrol	0.0%	15.0%	7.5%
Total	Count	20	20	40	
	% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3.243 <sup>a</sup>	1	.072		
Continuity Correction <sup>b</sup>	1.441	1	.230		
Likelihood Ratio	4.402	1	.036		
Fisher's Exact Test				.231	.115

Linear-by-Linear Association	3.162	1	.075		
N of Valid Cases	40				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.50.

b. Computed only for a 2x2 table

### Pekerjaan Istri \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

		Intervensi dan Kontrol		Total	
		Intervensi	Kontrol		
Pekerjaan Istri	Bekerja	Count	20	20	40
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	20	20	40
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value
Pearson Chi-Square	.a
N of Valid Cases	40

a. No statistics are computed because Pekerjaan Istri is a constant.

### Penghasilan suami \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

		Intervensi dan Kontrol		Total	
		Intervensi	Kontrol		
Penghasilan suami	<2.500.000	Count	8	12	20
		% within Intervensi dan Kontrol	40.0%	60.0%	50.0%
	>2.500.000	Count	12	8	20
		% within Intervensi dan Kontrol	60.0%	40.0%	50.0%
Total		Count	20	20	40
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	1.600 <sup>a</sup>	1	.206		
Continuity Correction <sup>b</sup>	.900	1	.343		
Likelihood Ratio	1.611	1	.204		

Fisher's Exact Test				.343	.172
Linear-by-Linear Association	1.560	1	.212		
N of Valid Cases	40				

- a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10.00.  
b. Computed only for a 2x2 table

### Tinggal Bersama Suami dan Anak \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

		Intervensi dan Kontrol		Total	
		Intervensi	Kontrol		
Tinggal Bersama Suami dan Anak	ya	Count	20	20	40
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	20	20	40
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value
Pearson Chi-Square	. <sup>a</sup>
N of Valid Cases	40

- a. No statistics are computed because Tinggal Bersama Suami dan Anak is a constant.

### Komunikasi dalam keluarga \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

		Intervensi dan Kontrol		Total	
		Intervensi	Kontrol		
Komunikasi dalam keluarga	Baik	Count	20	18	38
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	90.0%	95.0%
	Sangat Tidak baik	Count	0	2	2
		% within Intervensi dan Kontrol	0.0%	10.0%	5.0%
Total		Count	20	20	40
		% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2.105 <sup>a</sup>	1	.147		
Continuity Correction <sup>b</sup>	.526	1	.468		
Likelihood Ratio	2.878	1	.090		
Fisher's Exact Test				.487	.244

Linear-by-Linear Association	2.053	1	.152		
N of Valid Cases	40				

- a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.00.  
b. Computed only for a 2x2 table

### Kepemilikan Rumah \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

		Intervensi dan Kontrol		Total	
		Intervensi	Kontrol		
Kepemilikan Rumah	Sendiri	Count	15	14	29
		% within Intervensi dan Kontrol	75.0%	70.0%	72.5%
	Kontrak	Count	2	0	2
		% within Intervensi dan Kontrol	10.0%	0.0%	5.0%
	Mertua/Keluarga	Count	3	6	9
		% within Intervensi dan Kontrol	15.0%	30.0%	22.5%
Total	Count	20	20	40	
	% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	3.034 <sup>a</sup>	2	.219
Likelihood Ratio	3.826	2	.148
Linear-by-Linear Association	.557	1	.455
N of Valid Cases	40		

- a. 4 cells (66.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.00.

### Pola pengasuhan Anak \* Intervensi dan Kontrol Crosstabulation

		Intervensi dan Kontrol		Total	
		Intervensi	Kontrol		
Pola pengasuhan Anak	Tanggung Jawab Bersama	Count	19	20	39
		% within Intervensi dan Kontrol	95.0%	100.0%	97.5%
	Tanggung Jawab Istri	Count	1	0	1
		% within Intervensi dan Kontrol	5.0%	0.0%	2.5%



Total	Count	20	20	40
	% within Intervensi dan Kontrol	100.0%	100.0%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	1.026 <sup>a</sup>	1	.311		
Continuity Correction <sup>b</sup>	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	1.412	1	.235		
Fisher's Exact Test				1.000	.500
Linear-by-Linear Association	1.000	1	.317		
N of Valid Cases	40				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .50.

b. Computed only for a 2x2 table

### Hasil Uji Korelasi Stres Dan Kortisol

#### Correlations

		Kortisol PostTest		DASS PostTest
Spearman's rho	Kortisol PostTest	Correlation Coefficient	1.000	-.718**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	40	40
	DASS PostTest	Correlation Coefficient	-.718**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	40	40

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 11. Coding Kualitatif

**AXIAL CODING**  
**Penurunan Tingkat stres**

Kriteria Penurunan Stres	Poin Data	Interpretasi
Rendah 10%	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Tidur Lebih Nyenyak: Responden merasakan peningkatan kualitas tidur setelah konsumsi honey ginger, yang sedikit membantu mengurangi stres terkait tidur.</b></li> <li>2. <b>Penurunan Stres Emosional Rendah:</b> Meskipun tidur lebih nyenyak, responden kedua masih sering marah-marah, menunjukkan bahwa honey ginger tidak banyak membantu dalam mengurangi stres emosional.</li> <li>3. <b>Efek Terbatas:</b> Penurunan stres yang dialami cenderung terbatas pada peningkatan kualitas tidur dan tidak menyentuh aspek-aspek stres lainnya yang lebih signifikan.</li> </ol>	<p>Analisis perbedaan tingkat penurunan stres yang dialami responden setelah mengonsumsi honey ginger menunjukkan variasi yang signifikan antara responden dengan penurunan stres rendah, sedang, dan tinggi. Sebanyak 10% responden merasakan penurunan stres yang rendah, yang terutama terkait dengan peningkatan kualitas tidur namun tidak mencakup pengurangan stres emosional yang signifikan. Responden ini masih sering marah-marah, menunjukkan bahwa efek honey ginger terbatas pada aspek tidur saja. Sebaliknya, 20% responden mengalami penurunan stres yang sedang, di mana mereka melaporkan tidur lebih nyenyak dan perasaan lebih tenang secara umum, meskipun ada keluhan fisik seperti sering buang air kecil atau perut panas yang dapat dikendalikan. Kelompok terbesar, yaitu 70% responden, merasakan penurunan stres yang tinggi. Mereka melaporkan perasaan tenang, kontrol emosi yang lebih baik, peningkatan kualitas tidur, serta manfaat tambahan seperti peningkatan nafsu makan dan perbaikan pencernaan.</p>
Sedang 20%	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Peningkatan Kualitas Tidur:</b> Konsumsi madu jahe membantu beberapa responden tidur lebih cepat dan nyenyak, meskipun ada yang mengalami lebih sering buang air kecil di malam hari.</li> </ol>	<p>Sebanyak 10% responden mengalami penurunan stres yang rendah, yang utamanya terkait dengan peningkatan kualitas</p>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. <b>Pengurangan Stres Secara Umum:</b> Responden melaporkan perasaan lebih tenang setelah konsumsi madu jahe.</li> <li>3. <b>Keluhan Fisik yang Terkendali:</b> Beberapa responden melaporkan adanya keluhan fisik seperti sering buang air kecil atau rasa panas di perut yang menimbulkan sedikit ketidaknyamanan seperti perut terasa panas., namun keluhan ini umumnya dapat dikendalikan atau berkurang seiring waktu.</li> </ol>	<p>tidur. Meskipun mereka tidur lebih nyenyak, pengaruh honey ginger pada penurunan stres emosional terbatas. Responden ini masih sering merasa marah-marah dan stres emosional tidak banyak berkurang. Efek dari honey ginger lebih banyak terasa pada aspek tidur, tanpa menyentuh aspek stres lainnya yang lebih signifikan seperti beban pekerjaan atau masalah ekonomi.</p> <p>Penurunan stres yang sedang dialami oleh 20% responden menunjukkan bahwa honey ginger memberikan manfaat yang lebih luas. Responden dalam kategori ini melaporkan peningkatan kualitas tidur dan merasa lebih cepat tidur serta tidur lebih nyenyak. Selain itu, mereka juga merasakan perasaan lebih tenang secara umum setelah mengonsumsi honey ginger. Meskipun demikian, beberapa dari mereka mengalami keluhan fisik seperti sering buang air kecil atau perut terasa panas. Keluhan ini dapat menimbulkan sedikit ketidaknyamanan, namun umumnya dapat dikendalikan atau berkurang seiring waktu, menunjukkan efek honey ginger yang cukup signifikan tetapi tidak sempurna.</p>
Tinggi 70%	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Perasaan Tenang dan Emosi Terkontrol: Responden melaporkan merasa lebih tenang dan mampu mengontrol emosi lebih baik setelah mengonsumsi honey ginger.</b></li> <li>2. <b>Kualitas Tidur Meningkat: Responden merasakan tidur yang lebih nyenyak dan cepat tertidur setelah mengonsumsi honey ginger.</b></li> <li>3. <b>Pengaruh Konsumsi Terhadap Nafsu Makan dan Pencernaan: Beberapa responden melaporkan peningkatan nafsu makan dan perbaikan dalam pencernaan setelah mengonsumsi honey ginger.</b></li> </ol>	<p>Sebanyak 70% responden merasakan penurunan stres yang tinggi setelah mengonsumsi honey ginger. Mereka melaporkan perasaan yang lebih tenang dan kemampuan yang lebih baik dalam mengontrol emosi. Kualitas tidur juga meningkat signifikan, dengan banyak responden merasa lebih nyenyak dan cepat tertidur. Selain itu, honey ginger juga berdampak positif pada nafsu makan dan pencernaan, dengan beberapa responden melaporkan peningkatan nafsu makan dan perbaikan dalam pencernaan. Responden dalam kategori ini merasakan manfaat honey ginger yang komprehensif, yang mencakup berbagai aspek dari penurunan stres emosional, peningkatan kualitas tidur, hingga perbaikan fungsi pencernaan.</p>

		Analisis ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mendapatkan manfaat yang signifikan dari konsumsi honey ginger, terutama dalam hal pengendalian emosi dan kualitas tidur, sementara beberapa lainnya hanya merasakan efek terbatas.
--	--	--

### Pola Konsumsi Honey Ginger

Kriteria Penurunan Stres	Poin Data	Interpretasi
Dosis Konsumsi	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Konsumsi 1 kali sehari: Mayoritas narasumber (95%) merasa bahwa konsumsi <i>Ginger honey</i> cukup dilakukan 1 kali sehari. Sebagian besar dari mereka merasa efeknya sudah cukup dengan sekali sehari.</b></li> <li><b>Konsumsi 2 kali sehari:</b> Hanya satu narasumber (5%) yang menyarankan konsumsi 2 kali sehari, mengindikasikan preferensi individu terhadap dosis yang lebih tinggi mungkin karena kebutuhan atau reaksi tubuh yang berbeda.</li> </ol>	Mayoritas narasumber (95%) merasa bahwa konsumsi honey ginger cukup dilakukan satu kali sehari. Mereka menganggap efeknya sudah cukup dengan dosis tersebut, menunjukkan bahwa sekali konsumsi sudah memberikan manfaat yang diharapkan. Hanya satu narasumber (5%) yang menyarankan konsumsi dua kali sehari, yang mungkin disebabkan oleh kebutuhan atau reaksi tubuh yang berbeda. Sebagian besar narasumber (85%) lebih memilih mengkonsumsi honey ginger pada malam hari, baik sebelum maupun setelah makan. Minum pada malam hari dengan air hangat dianggap dapat menghangatkan tubuh, sehingga menjadi pilihan yang lebih disukai. Sebaliknya, hanya 15% narasumber yang memilih mengkonsumsi honey ginger pada pagi hari setelah sarapan dan sebelum beraktivitas, menunjukkan preferensi yang lebih rendah untuk konsumsi di waktu pagi.
Preferensi Waktu Konsumsi	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>15 % Narasumber memilih mengkonsumsi honey ginger pagi hari setelah sarapan dan sebelum beraktivitas</b></li> <li><b>85% Narasumber memilih mengkonsumsi honey ginger pada malam hari sebelum ataupun setelah</b></li> </ol>	

makan, apalagi minum dengan air hangat dapat menghangatkan tubuh

### Variabel Lingkungan

Variabel	Poin Data	Interpretasi
Ekonomi	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Pendapatan Tidak Menentu:</b> Ketidakpastian pendapatan, terutama jika pendapatan suami tidak stabil atau kadang-kadang berkurang dari bulan sebelumnya, dapat menjadi sumber stres karena mengkhawatirkan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan bulanan dan membayar cicilan.</li> <li><b>Kebutuhan yang Bertambah:</b> Bertambahnya jumlah anak atau kebutuhan rumah tangga lainnya, seperti biaya sekolah anak, cicilan, dan kebutuhan hidup sehari-hari, tekanan finansial meningkat karena harus mengatur keuangan agar mencukupi dari bulan ke bulan.</li> <li><b>Tekanan untuk Mengatur Keuangan:</b> Memikirkan bagaimana mengatur keuangan agar cukup dari bulan ini hingga bulan selanjutnya, termasuk menyisihkan tabungan untuk kebutuhan mendesak seperti rumah, dapat menambah tingkat stres karena harus berpikir tentang masa depan keluarga.</li> <li><b>Ketidakpastian Masa Depan:</b> Menghadapi ketidakpastian tentang masa depan, terutama jika ekonomi keluarga belum stabil, dapat menyebabkan kecemasan dan membuat orang tua merasa perlu untuk benar-benar berhemat dan mengatur pengeluaran secara ketat.</li> <li><b>Tuntutan Harian yang Meningkat:</b> Keharusan untuk memikirkan pembayaran cicilan dan arisan setiap bulan,</li> </ol>	<p>Masalah ekonomi dapat menjadi sumber stres yang signifikan bagi banyak keluarga, terutama ketika pendapatan tidak stabil atau tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan kebutuhan mendesak seperti cicilan, biaya sekolah anak, dan kebutuhan hidup lainnya. Ketidakpastian tentang masa depan finansial, bersama dengan tekanan untuk mengatur keuangan dengan hati-hati dari bulan ke bulan, dapat meningkatkan tingkat stres dan kecemasan dalam keluarga. Respons terhadap kebutuhan anak, keterbatasan sumber daya, dan dampak negatif pada kesejahteraan mental dan hubungan keluarga adalah beberapa aspek yang menyoroti bagaimana tekanan ekonomi dapat memengaruhi kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.</p> <p>Meskipun masalah keuangan dapat menjadi sumber stres yang signifikan, banyak keluarga juga menemukan cara untuk mengatasi tantangan ini dengan sikap positif, kesabaran, dan kerja sama. Kesadaran akan pentingnya mengelola keuangan dengan bijak, bersikap ikhlas terhadap rezeki yang diberikan, dan berusaha untuk membuat perencanaan keuangan yang matang dapat membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan keluarga. Selain itu, menjaga komunikasi terbuka dan</p>

	<p>bersamaan dengan meningkatnya kebutuhan anak-anak, seperti belanja dan makanan, menambah beban pikiran dan emosional dalam mengatur keuangan keluarga.</p> <p>6. <b>Respons Terhadap Kebutuhan Anak:</b> Kecemasan terjadi ketika pendapatan tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan mendesak anak-anak, seperti saat mereka meminta uang untuk belanja atau makanan. Ketidakmampuan untuk memberikan apa yang diminta dapat meningkatkan tingkat stres.</p> <p>7. <b>Pengaruh Terhadap Kesejahteraan Mental:</b> Ketidakpastian finansial dan tekanan untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga dapat berdampak pada kesejahteraan mental, meningkatkan risiko stres, kecemasan, dan depresi.</p> <p>8. <b>Keterbatasan Sumber Daya:</b> Adanya keterbatasan sumber daya finansial, terutama jika pendapatan suami tidak menentu, dapat membatasi kemampuan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, menyebabkan kegelisahan dan stres dalam mengelola keuangan.</p> <p>9. <b>Pengaruh Terhadap Kesehatan Keluarga:</b> Stres yang berkaitan dengan masalah keuangan dapat berdampak negatif pada kesehatan keluarga secara keseluruhan, termasuk kesehatan fisik dan mental anggota keluarga lainnya.</p> <p>10. <b>Pengaruh Terhadap Hubungan Keluarga:</b> Tekanan ekonomi juga dapat mempengaruhi dinamika dan hubungan dalam keluarga, menambah ketegangan antara suami dan istri serta memengaruhi interaksi dengan anak-anak.</p>	<p>dukungan antaranggota keluarga dalam menghadapi tantangan finansial juga merupakan kunci untuk mengurangi dampak negatif yang mungkin timbul dari masalah ekonomi.</p>
Paritas	1. <b>Jarak Usia Anak:</b> Ketika anak-anak memiliki jarak usia yang dekat, mengelola kebutuhan dan perilaku mereka	Paritas atau jumlah anak serta jarak usia di antara mereka dapat menjadi faktor penting yang

	<p>secara bersamaan dapat meningkatkan tingkat stres bagi orang tua. Perbedaan tahap perkembangan dan tingkah laku anak-anak dengan jarak usia yang cukup rapat sering kali menambah tantangan dalam mengasuh dan mengatur kehidupan sehari-hari.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. <b>Tantangan dalam Mengasuh:</b> Anak-anak yang sulit diatur atau seringkali memiliki perilaku yang menantang, seperti sering berkelahi, tantrum, atau menolak makan, dapat menjadi pemicu stres bagi orang tua. Ketika anak-anak tidak mau mendengarkan atau menaati aturan yang ditetapkan, ini dapat meningkatkan tingkat kecemasan dan frustrasi orang tua.</li> <li>3. <b>Kekhawatiran tentang Kesehatan Anak:</b> Kehadiran anak-anak tidak selalu menjadi sumber stres, tetapi ketika anak-anak sakit atau menunjukkan gejala yang membuat orang tua khawatir, ini dapat meningkatkan tingkat stres. Kehadiran anak-anak yang rewel atau sulit makan juga dapat menimbulkan kekhawatiran akan kesehatan dan pertumbuhan mereka, meningkatkan tingkat kegelisahan orang tua.</li> <li>4. <b>Hubungan Antar Anak:</b> Perilaku anak-anak yang sering berkelahi, bertengkar, atau sulit berinteraksi satu sama lain juga dapat menjadi faktor pemicu stres bagi orang tua. Menghadapi konflik antar saudara dapat menambah beban mental dan emosional orang tua, terutama jika mereka merasa sulit untuk menyelesaikan masalah tersebut.</li> <li>5. <b>Tantangan dalam Mengatur Waktu dan Perhatian:</b> Memiliki beberapa anak dengan jarak usia yang dekat memerlukan pengaturan waktu dan perhatian yang lebih besar dari orang tua. Menghadapi tantangan ini, terutama jika orang tua juga memiliki tanggung jawab</li> </ol>	<p>memengaruhi tingkat stres orang tua. Jarak usia yang dekat antara anak-anak seringkali menimbulkan tantangan dalam mengelola kebutuhan dan perilaku mereka, menambah beban mental dan emosional orang tua. Selain itu, tantangan dalam mengasuh anak-anak yang sulit diatur, khawatir tentang kesehatan mereka, serta konflik antar saudara juga dapat meningkatkan tingkat stres orang tua. Kehadiran anak-anak sendiri memberikan kebahagiaan tersendiri bagi orang tua, namun, ketika dihadapkan pada situasi di mana anak-anak sulit diatur atau sering berkonflik, hal tersebut dapat mengubah dinamika menjadi sumber stres. Pengelolaan waktu dan perhatian yang diperlukan oleh orang tua untuk mengatasi tantangan ini juga dapat menambah tingkat kecemasan. Oleh karena itu, memahami dinamika paritas dan jarak usia anak serta mengembangkan strategi pengelolaan stres yang efektif dapat membantu orang tua menghadapi tantangan ini dengan lebih baik.</p>
--	--	---

	lain di luar rumah, dapat meningkatkan tingkat stres dan kecemasan mereka.	
Pola Komunikasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Ketidakseimbangan Komunikasi:</b> Pola komunikasi yang tidak seimbang antara pasangan bisa menjadi sumber stres. Misalnya, salah satu pasangan mungkin lebih tertutup atau kurang aktif dalam berkomunikasi, meninggalkan yang lain merasa terisolasi atau tidak dipedulikan.</li> <li>2. <b>Kurangnya Keterbukaan:</b> Ketika salah satu pasangan tidak terbuka dalam berkomunikasi atau tidak mau berbagi perasaan dan pikiran secara jujur, hal ini dapat menimbulkan ketegangan dan kecemasan dalam hubungan, yang pada gilirannya meningkatkan tingkat stres.</li> <li>3. <b>Kesalahpahaman:</b> Pola komunikasi yang tidak efektif atau kurangnya klarifikasi dapat menyebabkan kesalahpahaman di antara pasangan, yang dapat menciptakan ketegangan dan meningkatkan tingkat stres.</li> <li>4. <b>Kurangnya Kesepahaman:</b> Jika pasangan memiliki perbedaan dalam gaya atau preferensi komunikasi, hal ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan meningkatkan tingkat stres, terutama jika mereka tidak dapat menemukan kesepakatan atau solusi yang memuaskan.</li> <li>5. <b>Kurangnya Dukungan Emosional:</b> Komunikasi yang kurang mendukung, seperti kurangnya dukungan emosional dari pasangan dalam situasi sulit, juga dapat meningkatkan tingkat stres, membuat seseorang merasa sendirian dalam menghadapi tantangan hidup.</li> </ol>	<p>Pola komunikasi dalam hubungan dapat menjadi faktor penentu dalam tingkat stres seseorang. Ketidakseimbangan, ketidakjujuran, atau kurangnya keterbukaan dalam berkomunikasi antara pasangan dapat memicu ketegangan dan kecemasan. Misalnya, jika salah satu pasangan cenderung menutup diri atau tidak aktif dalam berkomunikasi, yang lain mungkin merasa diabaikan atau tidak dipahami. Kesalahpahaman dan kurangnya dukungan emosional dari pasangan juga dapat menyulitkan proses komunikasi, meningkatkan tingkat stres seseorang karena merasa tidak didukung atau dipahami. Namun, pola komunikasi yang sehat, terbuka, dan saling mendukung dapat membantu mengurangi stres dalam hubungan. Pasangan yang saling mendengarkan, terbuka dalam berbagi perasaan dan pikiran, serta memiliki kesepahaman dalam gaya komunikasi cenderung memiliki hubungan yang lebih harmonis dan kurang rentan terhadap stres. Penting bagi pasangan untuk membangun dan memelihara pola komunikasi yang positif dan mendukung agar dapat mengatasi stres bersama dan memperkuat hubungan mereka.</p>
Pola Pengasuhan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Pembagian Tanggung Jawab:</b> Pola pengasuhan anak yang adil dan seimbang antara suami dan istri</li> </ol>	<p>Pola pengasuhan anak yang melibatkan kedua orang tua secara aktif dan seimbang cenderung mengurangi</p>



	<p>cenderung mengurangi tingkat stres. Ketika tanggung jawab mengasuh anak dibagi secara proporsional antara kedua orang tua, beban menjadi lebih ringan dan tidak terpusat pada satu individu saja.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. <b>Dukungan Pasangan:</b> Dukungan aktif dari pasangan dalam mengasuh anak juga dapat mengurangi stres. Ketika suami dan istri saling membantu dan bekerja sama dalam mengasuh anak, tercipta lingkungan yang lebih harmonis dan kurang rentan terhadap konflik atau kecemasan yang berlebihan.</li> <li>3. <b>Peran Orang Tua Lain:</b> Keterlibatan orang tua lain, seperti mertua atau anggota keluarga lainnya, dalam mengasuh anak juga dapat mempengaruhi tingkat stres. Dukungan dan bantuan dari keluarga yang luas dapat membantu mengurangi beban pengasuhan yang dirasakan oleh suami dan istri.</li> <li>4. <b>Kesetaraan dalam Keputusan:</b> Pola pengasuhan yang melibatkan kedua orang tua dalam pengambilan keputusan terkait anak juga dapat mengurangi stres. Ketika kedua orang tua memiliki peran aktif dalam menentukan strategi pengasuhan dan pendidikan anak, tercipta rasa tanggung jawab bersama dan saling menghargai, yang dapat mengurangi tingkat stres.</li> <li>5. <b>Kesadaran tentang Peran Masing-masing:</b> Penting bagi pasangan untuk memiliki pemahaman yang jelas tentang peran masing-masing dalam mengasuh anak. Ketika ekspektasi dan tugas-tugas terkait pengasuhan anak sudah jelas dan dipahami oleh kedua belah pihak, hal ini dapat mengurangi potensi konflik dan kecemasan yang timbul akibat ketidakpastian atau ketidakjelasan dalam pembagian tugas.</li> </ol>	<p>tingkat stres dalam keluarga. Ketika tanggung jawab mengasuh anak dibagi secara adil antara suami dan istri, beban pengasuhan menjadi lebih ringan dan tidak terpusat pada satu individu saja. Dukungan dan keterlibatan aktif dari pasangan serta keluarga yang luas juga berperan penting dalam mengurangi stres terkait pengasuhan anak. Ketika suami dan istri saling membantu dan bekerja sama dalam mengasuh anak, tercipta lingkungan yang lebih harmonis dan kurang rentan terhadap konflik atau kecemasan yang berlebihan. Selain itu, kesadaran tentang peran masing-masing dalam mengasuh anak juga penting untuk menghindari konflik dan kecemasan yang disebabkan oleh ketidakjelasan atau ketidakpastian dalam pembagian tugas.</p> <p>Namun, pola pengasuhan yang tidak seimbang atau kurangnya dukungan dari pasangan dapat meningkatkan tingkat stres dalam keluarga. Ketika salah satu pihak merasa terbebani dengan tanggung jawab pengasuhan yang tidak proporsional, hal ini dapat menyebabkan konflik dan ketegangan dalam hubungan suami istri. Selain itu, ketidaksetaraan dalam pengambilan keputusan terkait pengasuhan anak juga dapat menimbulkan rasa frustrasi dan kecemasan. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa pola pengasuhan yang diterapkan dalam keluarga didasarkan pada kerjasama, komunikasi yang baik, dan kesadaran akan peran masing-masing anggota keluarga untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan mendukung perkembangan anak.</p>
--	---	---

<p>Sosial Support</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Dukungan Pasangan:</b> Ketika suami aktif membantu dalam pekerjaan rumah tangga dan mengasuh anak, beban kerja rumah tangga menjadi lebih terbagi dan berkurang. Ini mengurangi stres karena individu merasa didukung dan tidak terbebani secara berlebihan.</li> <li>2. <b>Dukungan Keluarga Luas:</b> Dukungan dari anggota keluarga lain, seperti mertua atau anggota keluarga lain yang tinggal bersama, juga berpengaruh. Ketika ada bantuan dari keluarga luas dalam menjalankan tugas-tugas rumah tangga dan mengasuh anak, tingkat stres cenderung menurun karena beban kerja menjadi lebih ringan.</li> <li>3. <b>Peran Pembagian Tugas:</b> Pembagian tugas yang adil dan seimbang antara suami dan istri dalam melakukan pekerjaan rumah tangga serta mengasuh anak juga mempengaruhi tingkat stres. Ketika tugas-tugas dibagi secara adil, individu merasa lebih didukung dan merasa tidak sendiri dalam menangani tanggung jawab sehari-hari.</li> <li>4. <b>Keterlibatan Suami dalam Pengasuhan Anak:</b> Suami yang terlibat aktif dalam mengasuh anak juga memberikan dukungan yang signifikan. Ketika suami membantu dalam mengasuh anak, istri merasa lebih didukung secara emosional dan fisik, yang dapat mengurangi tingkat stresnya.</li> <li>5. <b>Kesediaan Suami untuk Membantu:</b> Sikap dan kesediaan suami untuk membantu dalam pekerjaan rumah tangga dan mengasuh anak juga memengaruhi tingkat stres. Ketika suami menunjukkan kesediaan untuk membantu dan mendukung, istri merasa lebih terbantu dan kurang stres dalam menghadapi tugas-tugas sehari-hari.</li> </ol>	<p>Sosial support, khususnya dari pasangan dan keluarga luas, memiliki dampak signifikan terhadap tingkat stres individu dalam menjalani tugas-tugas rumah tangga dan mengasuh anak. Ketika suami aktif terlibat dalam pekerjaan rumah tangga dan mengasuh anak, beban kerja terbagi secara lebih adil, membuat individu merasa didukung dan tidak terbebani secara berlebihan. Dukungan dari keluarga luas juga memberikan bantuan yang berarti, mengurangi tingkat stres karena beban kerja menjadi lebih ringan dengan adanya bantuan dari anggota keluarga lain. Selain itu, pembagian tugas yang adil antara suami dan istri serta keterlibatan aktif suami dalam pengasuhan anak turut berkontribusi terhadap penurunan tingkat stres. Ketika tugas-tugas rumah tangga dibagi secara seimbang dan suami terlibat dalam mengasuh anak, istri merasa lebih didukung secara emosional dan fisik. Kesediaan suami untuk membantu juga memainkan peran penting, karena sikap positif suami dalam membantu meningkatkan perasaan terbantu dan kurang stres dalam menghadapi tugas-tugas sehari-hari.</p>
-----------------------	---	--

<p>Status Kepemilikan Rumah</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Tinggal di Rumah Sendiri sebagai Penenang Pikiran:</b> Memiliki rumah sendiri cenderung mengurangi tingkat stres terkait kepemilikan tempat tinggal. Ini karena individu merasa lebih stabil secara finansial dan memiliki kepastian tempat tinggal, sehingga tidak perlu lagi memikirkan perpanjangan kontrak atau perubahan tempat tinggal secara mendadak.</li> <li>2. <b>Ketidakpastian Kepemilikan Rumah Menyebabkan Stres:</b> Sebaliknya, ketidakpastian terkait kepemilikan rumah, seperti masih tinggal di rumah kontrakan atau bergantung pada rumah keluarga lain, dapat meningkatkan tingkat stres. Individu mungkin merasa tidak stabil secara finansial dan khawatir tentang masa depan mereka, terutama dalam hal keamanan tempat tinggal dan tanggung jawab finansial yang terkait dengan kepemilikan rumah.</li> </ol>	<p>Kepemilikan rumah dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat stres seseorang. Secara umum, tinggal di rumah sendiri cenderung menenangkan pikiran dan mengurangi stres karena memberikan rasa stabilitas finansial dan kepastian tempat tinggal. Individu yang memiliki rumah sendiri merasa lebih mandiri dan memiliki kontrol yang lebih besar atas lingkungan tempat tinggal mereka, yang pada gilirannya dapat mengurangi kecemasan tentang masa depan.</p> <p>Pada sisi lain, ketidakpastian terkait kepemilikan rumah, seperti masih tinggal di rumah kontrakan atau bergantung pada rumah keluarga, dapat meningkatkan tingkat stres. Individu dalam situasi ini mungkin merasa tidak stabil secara finansial dan khawatir tentang masa depan mereka, terutama dalam hal keamanan tempat tinggal dan tanggung jawab finansial yang terkait dengan kepemilikan rumah. Kekhawatiran akan masa depan dan ketidakpastian tentang status tempat tinggal dapat menjadi beban tambahan bagi seseorang, mengganggu kesejahteraan mental dan emosional mereka.</p>
---------------------------------	--	---

Lampiran 12. Dokumentasi Kegiatan



Proses Maserasi menggunakan etanol 96% (*food grade*)



Jahe di oven dalam suhu 50°C



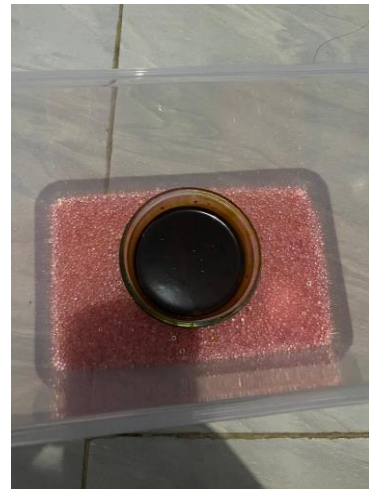
Hasil maserasi



Proses penguapan dengan *rotary evaporator*



Penyaringan hasil maserasi



Hasil ekstrak jahe



Madu Apis Dorsata Binghami



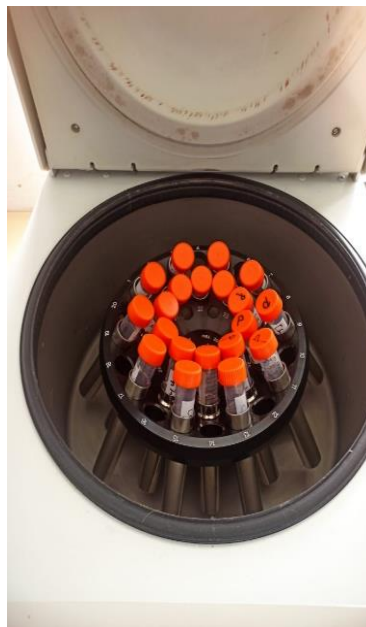
Penimbangan *Ginger honey* sesuai dosis untuk didistribusikan



*Ginger honey*



Sampel saliva pretest-posttest



Proses sentrifugasi



Proses pemeriksaan kortisol saliva



Wawancara



Wawancara



wawancara



Wawancara



Pengisian kuesioner DASS  
42



Wawancara



Mengajarkan cara pengambilan saliva



Meminum *Ginger honey*



Pengukuran Tekanan Darah



Mengisi kuesioner DASS42



Wawancara



Mengajarkan cara pengambilan saliva