



**EFEKTIVITAS AROMATERAPI JASMINE TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI
DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS**

SKRIPSI

Oleh:
INDAH OKTAFINA
NIM. 152201178

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2022**



**EFEKTIVITAS AROMATERAPI JASMINE TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI
DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS**

SKRIPSI

Oleh:
INDAH OKTAFINA
NIM. 152201178

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

**EFEKTIVITAS AROMA TERAPI JASMINE
TERHADAP DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI
DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS**

Disusun oleh

INDAH OKTAFINA

NIM. 152201178

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 02 Februari 2022

Pembimbing


Puji Lestari, S.SiT.,M.Kes

NIDN. 0606048902

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

EFEKTIVITAS AROMATERAPI JASMINE TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS

Disusun oleh:

INDAH OKTAFINA

NIM. 152201178

Program Studi : S1 Kebidanan

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kebidanan
Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:


Hari : Kamis

Tanggal : 10 Februari 2022

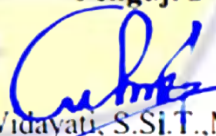
**Tim Penguji
Pembimbing**


Puji Lestari, S.SiT.,M.Kes
NIDN. 0606048902

Penguji 1


Kartika Sari, S.SiT.,M.Keb
NIDN. 0616047901

Penguji 2


Widayati, S.SiT.,M.Keb
IDN. 0616088101

Ketua Program Studi


Luvi Dian Afriani, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0627048302

Dekan Fakultas Kesehatan


Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya,

Nama : Indah Oktafina
NIM : 152201178
Program Studi /Fakultas : Kebidanan Program Sarjana

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang berjudul “Efektivitas Aromaterapi Jasmine Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dari hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



Puji Lestari, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0606048902

Ungaran, 10 Februari 2022

Yang membuat pernyataan



Indah Oktafina
NIM. 152201178

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya,

Nama : Indah Oktafina

NIM : 152201178

Mahasiswa : Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Program Studi Kebidanan Program Sarjana (Dosen Pembimbing Skripsi) untuk menyimpan, mengalih media atau diformatkan, merawat atau mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **“EFEKTIVITAS AROMATERAPI JASMINE TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS”** Untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 10 Februari 2022

Yang membuat pernyataan



Indah Oktafina

NIM. 152201178

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Skripsi, 10 Februari 2022
Indah Oktafina
152201178

EFEKTIVITAS AROMATERAPI JASMINE TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri haid (dismenorea) adalah gejala yang ditandai dengan rasa tidak nyaman pada perut saat menstruasi. Aromaterapi melati mulai banyak dicari sebagai salah satu terapi nonfarmakologis karena penggunaan NSAID dilaporkan menimbulkan banyak efek samping. Aromaterapi membantu melancarkan pengeluaran darah kotor. Aromaterapi jasmine dapat menurunkan rasa nyeri ataupun rasa sakit, jasmine ini memiliki aroma yang sedative, yang dapat menghilangkan rasa sakit, mengendurkan sistem saraf, menenangkan dan melegakan saat kita menghirupnya.

Tujuan: Menganalisis hubungan aromaterapi jasmine terhadap penurunan dismenorea pada remaja putri usia 14-16 tahun di SMKN 1 Timpah.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimental dengan *pre-post test design*. Populasi pada penelitian ini ialah seluruh siswa di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas yang mengalami nyeri menstruasi, sejumlah 30 orang. Teknik pengambilan menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner intensitas nyeri. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan dengan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Analisis data menggunakan Uji Wilcoxon

Hasil: Terdapat penurunan tingkat dismenorea. Dimana dapat diketahui dari Negative ranks menunjukkan angka 19. Maka dapat diartikan terdapat penurunan tingkat nyeri 19 responden sebelum diterapkannya terapi jasmine dan sesudah. Positif rank menunjukkan 7 responden yang mengalami peningkatan tingkat nyeri. Ties adalah kesamaan nilai, terdapat 4 nilai yang sama pada sebelum dan sesudah diterapkan terapi aroma jasmine. Ada pengaruh aroma terapi jasmine dengan penurunan dismenorea pada remaja putri di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas dengan nilai signifikansi sebesar $0,006 < 0,05$

Simpulan: Ada pengaruh aroma terapi jasmine dengan penurunan dismenorea pada remaja putri di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas. Diharapkan siswi di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas dapat menerapkan terapi nonfarmakologis berupa aromaterapi jasmine pada saat mengalami nyeri dismenorea.

Kata Kunci: Aromaterapi Jasmine, Dismenorea,

Universitas Ngudi Waluyo
Program Bachelor Study of Midwifery, Faculty of Health
Final Project, 10 Februari 2022
Indah Oktafina
152201178

***THE EFFECTIVENESS OF JASMINE AROMATHERAPY
TOWARDS REDUCING DYMENORORAL PAIN IN
ADOLESCENT WOMEN
AT SMKN 1 TIMPAH, KAPUAS REGENCY***

ABSTRACT

Background: Menstrual pain (dysmenorrhea) is a symptom characterized by discomfort in the abdomen during menstruation. Jasmine aromatherapy has begun to be sought after as a non-pharmacological therapy because the use of NSAIDs has been reported to cause many side effects. Aromatherapy helps to expel dirty blood. jasmine aromatherapy can reduce pain or pain, this jasmine has a sedative aroma, which can relieve pain, relax the nervous system, soothe and relieve when we inhale it.

Purpose: To analyze the relationship between jasmine aromatherapy and the reduction of dysmenorrhea in adolescent girls aged 14-16 years at SMKN 1 Timah.

Methods: This type of research is quantitative research. This study used a quasi-experimental method with a pre-post test design. The population in this study were all students at SMKN 1 Timpah, Kapuas Regency who experienced menstrual pain, a total of 30 people. The sampling technique used total sampling technique. The instrument used is a pain intensity questionnaire. Measurement of pain intensity was carried out using the Numeric Rating Scale (NRS). Data analysis using Wilcoxon's test

Results: There is a decrease in the level of dysmenorrhea. Where it can be seen from the Negative ranks shows the number 19. So it can be interpreted that there is a decrease in the pain level of 19 respondents before the implementation of jasmine therapy and after. Positive rank shows 7 respondents who experienced an increase in pain levels. Ties is the same value, there are 4 values that are the same before and after jasmine aroma therapy is applied. There is an effect of jasmine aromatherapy with a decrease in dysmenorrhea in adolescent girls at SMKN 1 Timpah, Kapuas Regency with a significance value of $0.006 < 0.05$

Conclusion: There is an effect of jasmine aromatherapy with a decrease in dysmenorrhea in adolescent girls at SMKN 1 Timah, Kapuas Regency. It is expected that students at SMKN 1 Timpah, Kapuas Regency can apply non-pharmacological therapy in the form of jasmine aromatherapy when experiencing dysmenorrhea pain.

Keywords: *Jasmine Aromatherapy, Dysminorrhea*

MOTTO DAN BIODATA

1. Nama : Indah Oktafina
2. NIM : 152201178
3. Tempat Tanggal Lahir : 14 Oktober 1998
4. Agama : Islam
5. Alamat : Desa Lungkuh Layang, Rt 02, Kecamatan
Timpah, Kabupaten Kapuas, KALTENG
6. E-mail : Indahoktafina98@gmail.com
7. No. Hp/WA : 0821 – 4194 – 3783
8. Riwayat Pendidikan :
 - a. SD Negeri 1 Lungkuh Layang lulus tahun 2010
 - b. SMP Negeri 1 Timpah lulus tahun 2013
 - c. SMA Negeri 1 Timpah lulus tahun 2016
 - d. DIII Kebidanan STIKES AKBIDYO lulus tahun 2020
 - e. Tercatat Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo 2020 - sekarang

Penulis telah menyelesaikan Skripsi dengan judul **“EFEKTIVITAS AROMATERAPI JASMINE TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS”**

Motto : “selalu melibatkan Allah SWT dalam segala urusan, karena tanpa pertolongannya kita tidak bisa berbuat apa apa”

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan Rahmat dan KaruniaNya sehingga penyusunan Skripsi yang berjudul **“EFEKTIVITAS AROMATERAPI JASMINE TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 TIMPAH KABUPATEN KAPUAS”** Dapat saya selesaikan. Penyelesaian Skripsi ini berkat dorongan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih dengan setulus-tulusnya kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Luvi Dian Afriani, S.SiT., M.Kes selaku ketua Program Studi Kebidanan Progam Sarjana Universitas Ngudi Waluyo
4. Puji Lestari, S.SiT., M.Kes selaku dosen pembimbing skripsi
5. Kedua orang tua bapak, ibu dan seluruh keluarga saya yang selalu mendoakan dan memberi dukungan selama penyusunan Skripsi
6. Serta tak lupa teman-teman seperjuangan kelas .. yang selalu memberi semangat dan motivasi selama penyusunan Skripsi.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala amal kebaikan dan bantuannya. Akhirnya besar harapan penulis semoga Skripsi ini berguna bagi semua.

Ungaran,10 Februari 2022



Indah Oktafina

NIM. 152201178

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| SAMPUL JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| PERNYATAAN ORISINILITAS..... | iv |
| SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI..... | iv |
| ABSTRAK..... | vi |
| <i>ABSTRACT</i> | vii |
| MOTTO DAN BIODATA..... | viii |
| PRAKATA..... | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 8 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 8 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 9 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Tinjauan Teoritis..... | 11 |
| B. Kerangka Teoritis..... | 38 |
| C. Kerangka Konsep..... | 39 |
| D. Hipotesis..... | 39 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Desain Penelitian..... | 41 |
| B. Lokasi Penelitian..... | 41 |
| C. Subjek Penelitian..... | 41 |
| D. Definisi Operasional..... | 42 |

| | |
|------------------------------------|----|
| E. Variabel Penelitian | 43 |
| F. Pengumpulan Data | 43 |
| G. Pengolahan Data..... | 48 |
| H. Analisa Data | 49 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | |
| A. Gambaran Penelitian | 52 |
| B. Hasil dan Pembahasan..... | 52 |
| C. Keterbatasan Penelitian | 57 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | |
| A. Kesimpulan | 58 |
| B. Saran..... | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---------------------------------------|----|
| Tabel 3. 1 Definisi Operasional | 42 |
| Tabel 4. 1 Analisa Univariat | 52 |
| Tabel 4. 2 Analisa Bivariat | 53 |
| Tabel 4. 3 Analisis Univariat | 54 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Skala Pengukuran Nyeri Numeric Rating Scale | 30 |
| Gambar 2. 2 Kerangka Teori..... | 39 |
| Gambar 2. 3 Kerangka Konsep | 39 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1. Surat Penelitian..... | 62 |
| Lampiran 2. Lembar Kuesioner | 63 |
| Lampiran 3. Standar Operasional Prosedur | 64 |
| Lampiran 4. Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP) | 66 |
| Lampiran 5. Surat Permohonan Menjadi Responden | 68 |
| Lampiran 6. Informed Consent | 69 |
| Lampiran 7. Tabulasi Data..... | 70 |
| Lampiran 8. Hasil Olah Data | 71 |
| Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian | 72 |