

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.*