ABSTRAK

SUSANTI SUYONO. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X Di Sma Muhammadiyah Tolangohula. Dibimbing oleh Fatmah Zakaria sebagai ketua dan Lavena Sondakh sebagai anggota.

Dismenorea merupakan keluhan umum yang sering dialami oleh remaja putri saat menstruasi dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri haid adalah aromaterapi lavender. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan pendekatan *pre test* dan *post test with control grup design*. Sampel penelitian berjumlah 36 orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing 18 orang. Pengukuran nyeri dilakukan menggunakan skala *Numerical Rating Scale* (NRS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, sebelum perlakuan tingkat nyeri yang tertinggi adalah nyeri sedang sebanyak 8 siswi,sedangkan setelah pemberian aroma terapi lavender tingkat nyeri yang tertinggi adalah nyeri ringan sebanyak 10 siswi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender, Nyeri Haid, Remaja Putri

Abstract

Adolescent females frequently develop dysmenorrhea during their periods, which can disrupt their everyday routines. Lavender aromatherapy is one of the non-pharmacological treatments that can be used to lessen menstruation pain. The purpose of this study is to ascertain whether lavender aromatherapy might lessen the discomfort associated with dysmenorrhea in grade X teenage females at SMA Muhammadiyah Tolangohula. A quasi-experimental approach test and post-test design with a control group design is the study methodology employed. The 36 participants in the research sample were split into two groups, the intervention group and the control group, each of which had 18 participants. A numerical rating scale, known as the NRS, was used to evaluate pain. According to the results, eight female students in the intervention group reported having moderate pain prior to treatment, while ten female students had minor discomfort following the delivery of lavender aromatherapy. The statistical test findings indicated a value of p = 0.000 (p <0.05), indicating that the administration of lavender aromatherapy had an impact on lowering the pain associated with dysmenorrhea. According to the study's findings, teenage girls' dysmenorrhea pain can be significantly reduced by using lavender aromatherapy.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Menstrual Pain, Adolescent Girls

Abstrak

Dismenore merupakan keluhan umum yang sering dialami oleh remaja putri saat menstruasi dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri haid adalah aromaterapi lavender. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan pendekatan *pre test* dan *post test with control group design*. Sampel penelitian berjumlah 36 orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing 18 orang. Pengukuran nyeri dilakukan menggunakan skala *Numerical Rating Scale* (NRS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, sebelum perlakuan tingkat nyeri yang tertinggi adalah nyeri sedang sebanyak 8 siswi,sedangkan setelah pemberian aromaterapi lavender tingkat nyeri yang tertinggi adalah nyeri ringan sebanyak 10 siswi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p = 0,000 (p < 0,05), yang berarti adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender, Nyeri Haid, Remaja Putri.