

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI *LAVENDER (LAVANDULA ANGUSTIFOLIA)* TERHADAP SKALA NYERI MENSTRUASI (*DISMENORE*) PADA SISWI MTSN 2 KOTA SURABAYA

Program Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Via Astita Mauluddiana¹, Endah Suprihatin², Minarti³, Ach Arfan Adinata⁴

E-mail: viaastita@gmail.com

Pendahuluan: Beragam gangguan yang muncul selama masa menstruasi sering kali menjadi keluhan ginekologi di kalangan remaja, termasuk ketidakaturan siklus haid, menorrhagia, dismenorea, serta berbagai gejala lain yang terkait. Dismenorea merujuk pada sensasi sakit atau kram di bagian perut bawah yang timbul menjelang periode menstruasi, umumnya berlangsung selama 2 sampai 3 hari dan dimulai satu hari sebelumnya. Para remaja yang menderita dismenorea cenderung menghadapi hambatan dalam rutinitas harian mereka, khususnya dalam kegiatan belajar di sekolah.

Metode: Studi ini menerapkan rancangan pre-eksperimental dengan metode satu kelompok pretest-posttest. Subjek penelitian terdiri dari siswi MTSN 2 Kota Surabaya. Jumlah sampel mencapai 38 siswi yang mengalami dismenore tingkat sedang sampai berat, metode pengambilan sampel non- probabilitas menggunakan pendekatan purposive sampling. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*), sedangkan variabel terikat adalah intensitas nyeri haid (dismenore). Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi dengan skala *Numeric Rating Scale (NRS)* untuk mengukur nyeri. Analisis data dilakukan dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil: Pengukuran skala nyeri haid (dismenore) sebelum pemberian aromaterapi lavender menunjukkan bahwa mayoritas siswi merasakan nyeri sedang (73,7%) hingga nyeri berat (26,3%). Setelah intervensi aromaterapi lavender, terjadi pengurangan intensitas nyeri, di mana 31 siswi (81,6%) masuk kategori nyeri ringan, dan 7 siswi (18,4%) tetap dalam kategori nyeri sedang. Nilai Asymp. Sig. (2-tailed) adalah 0,000 setelah melakukan analisis statistik non-parametrik dengan Tes Rank Signed Wilcoxon. Ada perbedaan signifikan dalam skala nyeri sebelum dan setelah intervensi, karena nilai signifikansi ini di bawah 0,05.

Kesimpulan: Aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) terbukti ampuh dalam mengurangi tingkat nyeri haid (dismenore) pada siswi MTSN 2 Kota Surabaya, mengubah kategori nyeri dari sedang hingga berat menjadi ringan.

Kata kunci: lavender, dismenore, nyeri menstruasi, aromaterapi

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF *LAVENDER (LAVANDULA ANGUSTIFOLIA)* AROMATHERAPY ON MENSTRUAL PAIN SCALE (*DYSMENORRHEA*) AMONG STUDENTS AT MTSN 2 KOTA SURABAYA

Departement of Nursing, Applied Bachelor of Nursing Program
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Via Astita Mauluddiana¹, Endah Suprihatin², Minarti³, Ach Arfan Adinata⁴
E-mail: viaastita@gmail.com

Introduction: Various disorders that arise during menstruation often become gynecological complaints among adolescents, including menstrual cycle irregularities, menorrhagia, dysmenorrhea, and other related symptoms. Dysmenorrhea refers to pain or cramping in the lower abdomen that occurs prior to menstruation, typically lasting for 2 to 3 days and beginning one day before its onset. Adolescents suffering from dysmenorrhea tend to face disruptions in their daily routines, particularly in school learning activities.

Methods: A pre-experimental design using a one-group pretest-posttest methodology was used in this investigation. Female students from MTSN 2 Surabaya served as the research subjects. A total of 38 students experiencing moderate to severe dysmenorrhea were selected through a non-probability sampling technique using purposive sampling. Menstrual pain severity (dysmenorrhea) was the dependent variable in this study, while lavender aromatherapy (*Lavandula angustifolia*) was the independent variable. An observation sheet using the Numeric Rating Scale (NRS) to gauge pain levels was used to gather data. The Wilcoxon Signed Rank Test was used to analyze the data.

Results: Prior to providing lavender aromatherapy, the majority of students had moderate (73.7%) to severe (26.3%) monthly pain (dysmenorrhea). After the lavender aromatherapy intervention, a reduction in pain intensity occurred, with 31 students (81.6%) categorized as experiencing mild pain, and 7 students (18.4%) remaining in the moderate pain category. The Wilcoxon Signed Ranks Test, a non-parametric statistical study, yielded an Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.000. A significant difference in pain intensity before and after the intervention is shown by this significance value, which is less than 0.05.

Conclusion: Female students at MTSN 2 Surabaya have shown that lavender aromatherapy (*Lavandula angustifolia*) effectively reduces menstruation pain (dysmenorrhea), changing pain categories from moderate to severe into mild.

Keywords: *lavender*, dysmenorrhea, menstrual pain, aromatherapy