

**PENGARUH PEMBERIAN *CANDLE* AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP PENURUNAN NYERI HAID (*DYSMENORRHEA*
PRIMER) PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI
S-1 ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS
WIDYA NUSANTARA PALU**

SKRIPSI



**DIAJENG DITA NUR PRAMESTI HERIYANTO
202101095**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
2024**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul " Pengaruh Pemberian *Candle Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dysmenorrhea Primer) Pada Mahasiswi Program S1 ilmu Keperawatan Universitas Widya Nusantara Palu* " adalah benar karya saya dengan arahan pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada Universitas Widya Nusantara.

Palu, 13 November 2024



Diajeng Dita Nur Pramesti Heriyanto
202101095

**PENGARUH PEMBERIAN *CANDLE* AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP PENURUNAN NYERI HAID (*DYSMENORRHEA*
PRIMER) PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI
S-1 ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS
WIDYA NUSANTARA PALU**

Diajeng Dita Nur Pramesti Heriyanto, Ni Nyoman Elfiyunai, Ahmil
Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara

ABSTRAK

Latar Belakang : Masa remaja merupakan masa dimana seseorang mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial. *Dysmenorrhea* Primer merupakan ketidak nyamanan saat menstruasi yang disebabkan oleh kontraksi otot rahim. Aromaterapi merupakan perawatan menggunakan minyak esensial untuk membantu kita merasa lebih segar secara emosional dan fisik. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh pemberian *candle* aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid (*dysmenorrhea* primer) pada mahasiswa program studi S-1 ilmu keperawatan di Universitas Widya Nusantara Palu.

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dan penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasi experimental pre-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini sejumlah 169 mahasiswa dengan sampel 30 mahasiswa.

Hasil : Dari 30 responden tingkat nyeri responden sebelum melakukan terapi *candle* aromaterapi dan terapi standar adalah seluruh responden mengalami nyeri sedang sebanyak 30 responden (100.0). Tingkat nyeri responden setelah melakukan terapi *candle* aromaterapi tingkat nyeri menjadi nyeri ringan sebanyak 15 responden (100.0) sedangkan terapi standar mengalami nyeri sedang sebanyak 14 responden (93.33) dan 1 responden (6.67) mengalami nyeri ringan. Hasil penelitian dari 30 responden menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai $p=0.000$ ($p < 0.05$) pada kelompok perlakuan dan $p=0.084$ pada kelompok perlakuan dan uji Mann-Whitney diperoleh nilai $p=0.000$ ($p < 0.05$).

Simpulan : Ada pengaruh pemberian *candle* aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid (*dysmenorrhea* primer) pada mahasiswa kelompok perlakuan program studi S-1 ilmu keperawatan di Universitas Widya Nusantara Palu

Saran : kepada remaja agar dapat menerapkan terapi *candle* aromaterapi lavender untuk meminimalisir komplikasi nyeri menstruasi (*dysmenorrhea* primer).

Kata Kunci : Remaja, *Dysmenorrhea* Primer, Aromaterapi

**THE IMPACT OF GIVING LAVENDER AROMATHERAPY
CANDLES TOWARD REDUCING MENSTRUAL PAIN
(DYSMENORRHEA PRIMARY) OF FEMALE
STUDENTS OF BACHELOR NURSING
SCIENCE UNIVERSITY WIDYA
NUSANTARA PALU**

Diajeng Dita Nur Pramesti Heriyanto, Ni Nyoman Elfiyunai, Ahmil
Nursing Science, Widya Nusantara University

ABSTRACT

Background: Adolescence is a period when a person have physical, emotional, and social changes. Perimer's Dysmenorrhea is discomfort during menstruation caused by contractions of the uterine muscles. Aromatherapy treatment by using essential oils to help them feel fresher emotionally and physically. The purpose of this study was to analyse the impact of giving lavender aromatherapy candles toward reducing menstrual pain (primary dysmenorrhea) of female students of the bachelor nursing science study program at Widya Nusantara University, Palu.

Method: This type of research is quantitative research and uses Quasi experimental pre-posttest control group design. The total of population in this study was 169 female students and total of sample was 30 respondents.

Results: Among of 30 respondents, about 30 respondents (100%) had moderate pain level before giving candle aromatherapy therapy and standard therapy, and 15 respondents (50%) had mild pain level after giving candle aromatherapy therapy, but 14 respondents (93.33) had moderate pain after standard therapy and 1 respondent (6.67) had mild pain. The results of the study of 30 respondents using the Wilcoxon test obtained p-value = 0.000 ($p < 0.05$) in the treatment group and $p = 0.084$ in the treatment group and the Mann-Whitney test obtained p-value = 0.000 ($p < 0.05$).

Conclusion: There is an impact of giving lavender aromatherapy candles toward reducing menstrual pain (primary dysmenorrhea) of female students of the bachelor nursing study program at Widya Nusantara University, Palu.

Suggestion: For adolescents to be able to perform the lavender aromatherapy candle therapy to minimize the complications of menstrual pain (primary dysmenorrhea).

Keywords: Adolescent, Primary Dysmenorrhea, Aromatherapy



**PENGARUH PEMBERIAN *CANDLE* AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP PENURUNAN NYERI HAID (*DYSMENORRHEA*
PRIMER) PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI
S-1 ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS
WIDYA NUSANTARA PALU**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana pada Program Studi S1
Ilmu Keperawatan Universitas Widya Nusantara



**DIAJENG DITA NUR PRAMESTI HERIYANTO
202101095**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
2024**

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN *CANDLE* AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP PENURUNAN NYERI HAID (*DYSMENORRHEA*
PRIMER) PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI
S-1 ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS
WIDYA NUSANTARA PALU**

SKRIPSI

**DIAJENG DITA NUR PRAMESTI HERIYANTO
202101095**

Skripsi Ini Telah Diujikan Tanggal 13 Desember 2024

Penguji I
Ns. Masri Dg. Taha, S.Kep., M.Kep
NIK : 8918900020


(.....)

Penguji II
Dr. Ni Nyoman Elfiyunai, S.Kep.,Ns., M.Kes
NIK : 20210901130


(.....)

Penguji III
Ns. Ahmil, S.Kep., M.Kes
NIK : 20150901051


(.....)

Mengetahui,


Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Widya Nusantara

Arifah SST, Bd, M.Keb

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Pemberian *Candle* Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dysmenorrhea* Primer) Pada Mahasiswi Program S1 ilmu Keperawatan Universitas Widya Nusantara Palu”** yang dilaksanakan pada bulan April-Desember 2024.

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini tidak akan berjalan lancar tanpa dukungan, bimbingan, dan bantuan dari orang tua dan keluarga, terimakasih atas cinta dan kasih sayang kalian yang membuat penulis tetap semangat untuk menyelesaikan pendidikan ini, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan baik moral maupun materil dan juga dukungan dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan yang telah diberikan selama pembuatan skripsi ini kepada:

1. Ibu. Widyawati Situmorang, M.Sc selaku Ketua Yayasan Widya Nusantara Palu.
2. Bapak. Dr. Tigor H Situmorang, MH.,M.Kes selaku Rektor Universitas Widya Nusantara atas bantuan dan kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.
3. Ibu. Arfiah, S.ST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara.
4. Bapak. I Made Rio Dwijayanto, S.Kep, Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Keperawatan Universitas Widya Nusantara.
5. Ibu. Dr. Ni Nyoman Elfiyunai, S.Kep., Ns.,M.Kes., pembimbing satu sekaligus penguji dua yang telah memberikan bimbingan dan arahan secara teknis selama penyusunan skripsi ini dengan sabar dan ikhlas.
6. Bapak. Ns. Ahmil, S.Kep., M.Kes., pembimbing dua sekaligus penguji tiga yang telah memberikan bimbingan dan arahan secara teknis selama penyusunan skripsi ini.
7. Bapak. Ns. Masri Dg. Taha, S.Kep.,M.Kep., penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.

8. Seluruh staf pengajar di lingkungan Universitas Widya Nusantara, terimakasih sudah membimbing dan membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan
9. Kedua orang tua M. Dwi Heriyanto dan Ummi Khulsum yang selalu ada setiap saat dari kecil hingga dewasa, memberikan kasih sayang dan dukungan selalu untuk keberhasilan penulis dalam menempuh pendidikan.
10. Kepada Keluarga dan kerabat adik saya Annisa Zahra Amelia Heriyanto, Om Samsul Hadi, Dhimas Prabowo Heriyanto terimakasih sudah hadir di dunia ini, menjadi alasan penulis tetap bertahan untuk hidup.
11. Responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan data dan informasi yang terkait dengan judul skripsi ini.
12. Kekasih penulis yang bernama Letda Laut (E) Prasasti Alamsyah yang telah dengan tulus membantu dan mendukung penulis untuk terus berjuang menyelesaikan skripsi ini.
13. Teman-teman seperjuangan saya, Terutama Tirani, Agreti, Michelle, Agnes, Diky, Zikri, dan Teman Program Studi Keperawatan Universitas Widya Nusantara, kelas Reguler maupun Non Reguler yang selalu kompak dan memberikan semangat motivasi selama ini.
14. Semua pihak yang tidak dapat di sebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan dan bantuan moral selama penulisan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh di bawah kesempurnaan. Untuk itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar nantinya penelitian ini berjalan secara baik dan benar, serta memberikan manfaat bagi seluruh pembaca dan mahasiswa/i Universitas Widya Nusantara. Amin

Palu, 13 Desember 2024

Diajeng Dita Nur Pramesti Heriyanto
202101095

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
HALAMAN JUDUL	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Tinjauan Teori	8
B. Kerangka Teori	40
C. Kerangka Konsep	41
D. Hipotesis	41
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Desain Penelitian	42
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	42
C. Populasi Dan Sampel	43
D. Variabel Penelitian	44
E. Definisi Oprasional	45
F. Instrumen Penelitian	46
G. Teknik Pengumpulan Data	46
H. Analisis Data	49
I. Alur Penelitian	51
J. Etika Penelitian	52

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	54
B. Hasil Penelitian	54
C. Pembahasan	58
D. Keterbatasan Penelitian	65
BAB V PENUTUP	66
A. Simpulan	66
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Oprasional	45
Tabel 4.1 Karakteristik responden dan Uji Kesetaraan Responden	55
Tabel 4.2 Intensitas skala nyeri haid mahasiswi <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol	56
Tabel 4.3 Pengaruh pemberian candle aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid (<i>dysmenorrhea primer</i>)	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Numeric Rating Scale	21
Gambar 2.2	Candle Aromaterapi	32
Gambar 2.3	Kerangka Teori Penelitian	40
Gambar 2.4	Kerangka Konsep Penelitian	41
Gambar 3.1	Desain Penelitian	42
Gambar 3.2	Alur penelitian Pengaruh Pemberian candle Aromaterapi Lavender pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Widya Nusantara	51

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Penelitian
2. Surat Kode Etik Penelitian
3. Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
4. Surat Balasan Pengambilan Data Awal
5. Surat Izin Pelaksanaa Penelitian
6. Permohonan Menjadi Responden
7. Lembar Kuesioner
8. Standar Operasional Prosedur
9. Surat Persetujuan Menjadi Responden
10. Surat Balasan Penelitian
11. Dokumentasi Penelitian
12. Riwayat Hidup
13. Lembar Bimbingan Proposal Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja bagaikan penghubung antara masa kanak-kanak dan kedewasaan. Orang mengalami sejumlah perubahan fisik, emosional, dan sosial selama masa ini. Masa remaja biasanya berlangsung dari usia 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu ini dibagi menjadi tiga tahap, khususnya: Masa Remaja Awal (12–15 tahun) Perubahan fisik yang cepat, termasuk perkembangan tubuh dan munculnya ciri-ciri seksual sekunder, menjadi ciri fase ini. Masa remaja pertengahan (15–18 tahun): Remaja mulai berkonsentrasi pada identitas diri pada tahap ini, menemukan siapa mereka, dan membentuk ikatan dengan orang lain. dan Masa Remaja Akhir (18–21 tahun): Selama tahap ini, remaja mulai bersiap untuk menjadi dewasa. Pubertas, awal kematangan reproduksi manusia, juga terjadi sepanjang masa remaja. Dimulainya siklus menstruasi pertama, yang dikenal sebagai menarche, merupakan kejadian yang paling penting bagi anak perempuan selama masa pubertas (Swandari, 2022).

Menstruasi merupakan proses alami yang dialami perempuan setiap bulan. Proses ini terjadi akibat perubahan hormon reproduksi dan peluruhan dinding rahim (endometrium) yang mengandung darah. Rata-rata, menstruasi berlangsung selama 4-6 hari dengan volume darah yang dikeluarkan sekitar 50-100 ml. Meskipun menstruasi merupakan hal yang wajar, banyak perempuan yang mengalami masalah saat menstruasi, salah satunya adalah nyeri haid atau dismenore. *Dysmenorrhea* terbagi menjadi dua jenis, yaitu dismenore primer dan *dysmenorrhea* sekunder (Mokoginta, Jama and Padhila, 2021). *Dysmenorrhea* yang paling banyak dialami oleh wanita saat menstulasi adalah *dysmenorrhea* primer (Hilinti dan Sulastri, 2023).

Prevalensi dismenore atau nyeri haid secara global masih tergolong tinggi. Data menunjukkan bahwa lebih dari 50% populasi wanita diberbagai negara mengalami keluhan ini. Dibeberapa negara maju seperti Amerika dan Swedia, prevalensinya bahkan mencapai 60% dan 72%. Nyeri haid menjadi masalah kesehatan yang umum dialami remaja putri diseluruh dunia. Lebih dari separuh

remaja putri melaporkan mengalami nyeri haid yang mengganggu aktivitas sehari-hari mereka (Mokoginta, Jama and Padhila, 2021).

Jumlah perempuan di Indonesia yang berusia 15-19 tahun berjumlah 10.714.600 dan perempuan usia 20-24 tahun berjumlah 10.746.700 (Indonesia, B.P.S. 2024). Masalah yang paling sering dialami oleh remaja putri adalah dysmenorrhea. Hampir dua pertiga (67,2%) remaja putri mengeluhkan nyeri haid atau dismenore Latifah, U., A, I. D., & Mutiarawatu. (2020). Data prevalensi dismenore di Indonesia sangat tinggi, namun sebagian besar perempuan tidak mencari penanganan medis. Data menunjukkan bahwa 90% perempuan Indonesia pernah mengalami dismenore, dengan jenis dismenore primer sebanyak (54,98%) sedangkan dismenorea sekunder (9,36%) (Hilinti dan Sulastri, 2023).

Menurut Survei Badan Pusat Statistik (2023), populasi perempuan di Kota Palu yang termasuk dalam remaja rentang usia 15-19 tahun adalah 13.666 jiwa. Sementara itu, jumlah perempuan rentang usia 20-24 tahun berjumlah 17.281 jiwa. Remaja putri di SMP N 3 Palu yang mengalami *dysmenorrhea* primer sebanyak 321 siswi (Humaira, Elfiyunai and Arini, 2023).

Dampak dismenore dapat mengganggu konsentrasi belajar pada remaja putri, sehingga berdampak negatif pada proses pembelajaran mereka. Ketidaknyamanan fisik yang dirasakan selama menstruasi dapat menyebabkan gangguan emosional seperti kecemasan dan kegelisahan. Oleh karena itu, penanganan yang tepat terhadap dismenorea sangat penting untuk mencegah dampak yang lebih buruk (Swandari, 2022). *Dysmenorrhea* yang tidak segera ditangani akan mengakibatkan retrograd menstruasi (menstruasi yang bergerak mundur), infertilitas (kemandulan), kehamilan tidak terdeteksi ektopic pecah, kista pecah, perforasi rahim dari *intrauterine device* (IUD), dan infeksi (Saputra, Kurnia and Aini, 2021). *Dysmenorrhea* juga dapat berdampak buruk pada kesehatan reproduksi wanita, mulai dari gangguan siklus menstruasi hingga risiko terjadinya kehamilan di luar rahim, kista, dan infeksi yang mengancam jiwa (Saputra, Kurnia and Aini, 2021)

Berdasarkan penelitian sebelumnya bahwa dismenore dapat menyebabkan 10% hingga 18% remaja putri tidak mengikuti kegiatan belajar

mengajar (KBM) dan mengganggu aktivitas lainnya. Hal ini tentunya berdampak pada terganggunya penyerapan materi oleh mahasiswi sehingga dapat menurunkan performa dalam menggapai prestasi (Mokoginta, Jama and Padhila, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari & Hayati, (2020) menunjukkan bahwa nyeri menstruasi sedang merupakan keluhan yang paling umum dilaporkan oleh responden (48%), diikuti oleh nyeri ringan (48%) dan berat (36%). Sari, H., & Hayati, E. (2020).

Penelitian terdahulu oleh Putri 2017 yang dikutip dari Fitri H,N. dan Ariestil K.D (2020) menunjukkan bahwa siswi yang mengalami gangguan dalam aktivitas belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses pembelajaran. Hal ini menyebabkan siswi sulit untuk berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika mengalami nyeri haid. Siswi yang mengalami nyeri haid (disemenore) pada saat jam pelajaran berlangsung juga ada yang sampai meminta izin untuk pulang dan terkadang ada yang meminta izin untuk diberikan dispensasi beristirahat di ruangan UKS.

Upaya mengatasi dismenore dapat berupa pemberian obat-obatan (farmakologis) atau melalui metode non-farmakologis seperti terapi panas, relaksasi, dan perubahan gaya hidup (Sari & Listiarini, 2021). Terapi farmakologis yaitu dengan mengkonsumsi obat anti nyeri seperti ibuprofen bisa menjadi pilihan. Sedangkan untuk terapi non farmakologis, terdapat beberapa cara yang bisa dilakukan, seperti: menarik nafas dalam (teknik relaksasi) ini membantu meredakan ketegangan dan rasa sakit, istirahat teratur dapat memberikan tubuh waktu untuk pulih dan mengurangi kelelahan, kompres air hangat dapat membantu melancarkan aliran darah dan meredakan kram otot, dan menghirup *essential oil* aromaterapi yang menenangkan dapat membantu relaksasi dan meredakan nyeri (Jama, Taqiyah and Najihah, 2023).

Aromaterapi dengan minyak esensial menjadi salah satu pilihan terapi non farmakologis yang populer karena beberapa keunggulannya, yaitu memberikan efek relaksasi dan menurunkan nyeri, murah, aman, dan mudah didapat, tersedia dalam berbagai bentuk minyak esensial, sabun mandi, dupa, dan lilin, dan dapat digunakan dengan berbagai cara seperti inhalasi, massage, difusi, kompres, dan perendaman. Saat aroma minyak esensial terhirup, komponen kimianya akan

masuk ke otak melalui bulbus olfaktorius dan sistem limbik. Di sana, aroma tersebut memicu pelepasan hormon endorfin dan enkefalin yang berperan sebagai penghilang rasa sakit, serta serotonin yang dapat meningkatkan mood (Salsabila, Indahwati and Kusumaningtyas, 2022).

Salah satu cara untuk meredakan nyeri haid (*dysmenorrhea*) adalah dengan menghirup aroma terapi lavender. Terapi lavender dapat membantu mengurangi tingkat nyeri haid (*dysmenorrhea* primer) (Indah Christiana, (2020). Hasil penelitian terlihat dari penurunan jumlah responden yang mengalami dismenore berat dan sedang, serta peningkatan jumlah responden yang mengalami dismenore ringan dan tidak mengalami dismenore sama sekali. Lavender memiliki aroma sangat lembut sehingga efektif untuk meredakan sakit kepala, nyeri menstruasi, stress, menurunkan ketegangan, kejang otot, serta dapat membantu menyeimbangkan kesehatan tubuh. (Azzahra et al., 2023).

Penelitian oleh Jama, Taqiyah, dan Najihah (2023) meneliti pengaruh lilin aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri haid (dismenore primer) pada siswi. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mengalami penurunan tingkat nyeri setelah diberikan lilin aromaterapi lavender. Berdasarkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh lilin aromaterapi lavender terhadap tingkat dismenore primer. Terapi ini mudah dilakukan dan efektif untuk mengurangi nyeri dismenore karena dapat memberikan efek rileksasi pada otot-otot yang tegang. Lilin aromaterapi lavender juga memiliki kontra-indikasi yang sangat *minim*, sehingga aman untuk digunakan. Peneliti berasumsi bahwa terapi relaksasi menggunakan lilin aromaterapi lavender lebih baik untuk menurunkan tingkat nyeri dismenore pada siswi dibandingkan dengan penggunaan obat farmakologis. Hal ini karena lilin aromaterapi lavender hampir tidak memiliki efek samping yang berbahaya bagi penggunaannya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti pada penanggung jawab mata kuliah manajemen keperawatan yaitu saudara F dan saudara P mengatakan mahasiswi dengan keterangan sakit dan alpha rata-rata dikarenakan mengalami nyeri haid. Peneliti juga melakukan wawancara pada 10 mahasiswi, berdasarkan

hasil dari wawancara 10 mahasiswi mengatakan mengalami nyeri haid pada hari pertama dan kedua saat menstruasi. Mahasiswi mengatakan seringkali terpaksa harus izin mata kuliah dan seringkali terlambat dikarenakan harus menunggu nyeri mereda dan dapat beraktivitas seperti biasa, berdasarkan data yang didapatkan Peneliti dari Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) jumlah mahasiswi reguler tingkat 2 terdapat 5 kelas dengan jumlah mahasiswi 169 orang, dan terdapat 29 mahasiswi dengan keterangan sakit dan alpha dikarenakan Nyeri Haid dari 7 mata perkuliahan selama semester 3 berlangsung. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian *Candle* Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dysmenorrhea* Primer) Pada Mahasiswi S1-Ilmu Keperawatan Universitas Widya Nusantara Palu”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas telah diuraikan permasalahan peneliti ini dapat dirumuskan “Apakah ada Pengaruh Pemberian *Candle* Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dysmenorrhea* Primer) Pada Mahasiswi Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Widya Nusantara Palu?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian *candle* aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid (*dysmenorrhea* primer) pada mahasiswi Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Widya Nusantara Palu.

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasi nyeri haid pada mahasiswi Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan di Universitas Widya Nusantara Palu sebelum diberikan *candle* aromaterapi lavender di Universitas Widya Nusantara Palu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

- b. Teridentifikasi nyeri haid pada mahasiswi Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan di Universitas Widya Nusantara Palu setelah diberikan *candle* aromaterapi lavender di Universitas Widya Nusantara Palu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- c. Teranalisis pengaruh pemberian *candle* aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid (*dysmenorrhea* primer) pada mahasiswi program studi S-1 ilmu keperawatan di Universitas Widya Nusantara Palu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

D. Manfaat Penelitian

1. Ilmu Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi untuk kegiatan penelitian terkait Pengaruh Pemberian *Candle* Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dysmenorrhea* Primer) Pada Mahasiswi Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Widya Nusantara Palu dan dapat menjadi sarana acuan untuk peneliti berikutnya.

2. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan pembaca terkait Pengaruh Pemberian *Candle* Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dysmenorrhea* Primer) Pada Mahasiswi Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Widya Nusantara Palu.

3. Bagi Instansi dan Mahasiswi Universitas Widya Nusantara Palu

Penelitian ini kiranya dapat diterapkan di Universitas Widya Nusantara dan masukan bagi Universitas Widya Nusantara Palu tentang “Pengaruh Pemberian *Candle* Aromaterapi terhadap penurunan nyeri haid (*Dysmenorrhea* Primer) pada Mahasiswi”. Hasil Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi khususnya mahasiswi yang mengalami nyeri haid (*Dysmenorrhea* Primer) tentang pengaruh pemberian *candle* aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid, sehingga dapat dijadikan sebagai metode non-farmakologi dalam penurunan nyeri haid pada Mahasiswi.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan ada Pengaruh Pemberian *Candle* Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dysmenorrhea* Primer) Pada Mahasiswi Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Widya Nusantara Palu, serta menambah pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. 2019. Buku Ajar Keperawatan Komplenter: Terapi Solusi Cerdas Optimalkan Kesehatan. Universitas jember. Jakarta
- Adinda. 2024. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri *Dysmenorrhea* Pada Siswi Kelas XII SMK Kesehatan Mulya Karya Husada Jagakarsa Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 1(3), pp. 46–58.
- Aloysius, F. 2023. Lavender Dan Kesehatan Manfaat: Aromaterapi Untuk Menenangkan Dan Mengatasi Masalah Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Silampari*. 6(1), 49-61.
- Andreyanto, I., Tri Utami, I. and Luthfiyatil fitri, N. 2023. Penerapan Aromaterapi Lavender Dan Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Cepalgia Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), pp. 131–137.
- Azzahra, A. M., Asir, A., Palopo, U. M., & Palopo, K. (2023). Pemanfaatan Lilin Biasa Menjadi Produk Lilin Aromaterapi Fresh Yang Bernilai Jual. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPKMN)*, 4(3), 1685–1690.
- Bestria, Y. 2020. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea Primer Pada Siswi Sma Jaya Suti Abadi Bekasi Pada Tahun 2020. *Skripsi. Program Studi Diploma IV Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta*.
- Buckle, J. 2015. *Clinical Aromatherapi: Essential Oils in Practice*. Elseiver Inc. USA

- Dewi, W. P., & Noorratri, E. D. 2023. Gambaran Disminorea Pada Remaja Putri Di Desa Demakan Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kesehatan Alkautsar*, 2(1), 1–9
- Eliska Br Gurusinga, S., Bertilova Carmelita, A. and Rahman Jabal, A. 2021. Literature Review : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Dismenore Primer Pada Remaja. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 9(1), pp. 1266–1274. Available at: <https://doi.org/10.37304/jkupr.v9i1.2866>.
- Fatimah, S., Mintasih, S. and Ruswanti, R. 2023. Stres Akademik berhubungan dengan Kejadian *Dysmenorrhea* Primer pada Remaja Putri. *Journal of Nursing Education and Practice*, 2(2), pp. 201–208. Available at: <https://doi.org/10.53801/jnep.v2i2.111>.
- Fitriyanti, F. and Machmudah, M. 2020. Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Mioma Uteri menggunakan Teknik Relaksasi dan Distraksi. *Ners Muda*. 1(1), p. 40. Available at: <https://doi.org/10.26714/nm.v1i1.5502>.
- Hidayah, N. Fatmawati, R. 2020. Buku Ajar Manajemen Nyeri Haid Pada Remaja. Betha Grafika. Universitas Nusantara PGRI Kediri. Yuma Pustaka. Surakarta.
- Horman, N., Manoppo, J. and Meo, L.N. 2021. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Puteri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan*. 9(1), p. 38. Available at: <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>.
- Indah Christiana, D.J. 2020. Pengaruh Penmemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Haid (Dysmenorrhea Primer) Di Asrama Putri STIKes Banyuwangi Tahun 2020. 28(11), pp. 1301

- Indah, F., & Susilowati, T. 2022. Gambaran Dismenorea Saat Aktivitas Belajar Diruang Kelas Pada Siswi Sma Muhammadiyah 1 Sragen. *Journal Locus Penelitian Dan Pengabdian*, 1(6), 459–465.
- Indonesia. B.P.S. 2023. Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Usia dan Jenis Kelamin 2023. Tabel Statistik. Badan Pusat Statistik Indonesia. Available at. <https://www.bps.go.id/id/statistic-table/3/WN0taGEyMx5t-V25Ke9HdD2kbTQzWkVkb1p6MDkjMw==/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-2023.html/?year=2023> (Accessed;20 june 2023).
- Indonesia. B.P.S. 2024. Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Usia dan Jenis Kelamin 2023. Tabel Statistik. Badan Pusat Statistik Indonesia. Available at. <https://www.bps.go.id/id/statistic-table/3/WN0taGEyMx5t-V25Ke9HdD2kbTQzWkVkb1p6MDkjMw==/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-2023.html/?year=2023> (Accessed;16 October 2024).
- Jama, F., Taqiyah, Y. and Najihah 2023. Pengaruh Aromaterapi Lilin Lavender Terhadap Tingkat Dismenore Primer Pada Mahasiswi Keperawatan. *Journal of Borneo Holistic Health*, 6(1), pp. 49–61.
- Kundarti, finta isti, Titisari, I. and Andianto, S. (2024) *Buku Ajar Patofisiologi Dalam Kasus kebidanan*. malang: unisma press.
- Kusnaningsih, A. 2020. Prevalensi Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Darul Ulum dan Miftahul Jannah Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), 1–8.
- Kusyati, E. Yudha Komara, E. 2019. *Keterampilan & Prosedur Laboratorium Keperawatan Dasar*. Jakarta: EGC.

- Latifah, U., A, I. D., & Mutiarawatu. 2020. Peningkatan Pengetahuan Tentang Akupressur untuk Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas PHB*, 3(2), 52–60.
- Meinika, H. 2021. Perbedaan Pemberian Aromaterapi Lemon dan aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Haid (*Dysmenorrhea*) Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Lempung Kota Bengkulu. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Politeknik Kesehatan KEMENKES Bengkulu. Bengkulu.
- Mokoginta, F., Jama, F. and Padhila, N.I. 2021. Lilin Aromaterapi Lavender Dapat Menurunkan Tingkat Dismenore Primer. *Window of Nursing Journal*, 1(2), pp. 113–122. Available at: <https://doi.org/10.33096/won.v1i2.309>.
- Nursalam. 2020. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: pendekatan Praktis edisi 5*. Jakarta: Jakarta, Salemba Medika.
- Pinzon, R.T. 2016. *Buku pengkajian nyeri*. Betha Grafika. Yogyakarta.
- Pujiati, W. 2019. Aromaterapi Kenanga Dibanding Lavender terhadap Nyeri Post Sectio Caesaria. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), pp. 257–270. Available at: <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.534>.
- Purba. 2021. Pengaruh ROM Terhadap Perubahan Nyeri Pada Pasie Post Op Ekstremitas Atas. *Jurnal Keperawattan Flora*, 14(1), pp. 104–111. Available at: <https://www.pelitamedika.org/index.php/seinkesjar/article/download/1268/1011>
- Putri, M. and Darmi, S. 2023. Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dan Massage Effleurage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Desminore Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), pp. 4896–4903.

- Rayatin, L., Priyono, T. F., Studi, P., Ners, P., Kesehatan, F. I., Tangerang, U. M., Ners, M. P., Kesehatan, F. I., & Tangerang, U. M. 2023. Literature Review: Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri. 2(1), 45–64.
- Rubianti, E. and Wijayanti, K. 2022. The Effectiveness Of Lavender Aromatherapy Against Pain In Post Sectional Cesarean Patients: Literature Review. The 16th University Research Colloquium 2022, pp. 531–547.
- Safaah, S. Purnawan, I. Sari, Y. 2019. Perbedaan Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Aromaterapi Peppermint terhadap Nyeri pada Pasien Post -Sectio Caesarea di RSUD Ajibarang, 1(1), pp. 5–10.
- Salsabila, H., Indahwati, L. and Kusumaningtyas, D. 2022. Literature Review: Efektivitas Aromaterapi Lavender (*Lavandula angustifolia*) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi. *Journal of Issues in Midwifery*, 6(2), pp. 76–87. Available at: <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2022.006.02.2>.
- Sanaz 2020. Efektivitas Senam Ergonomik Terhadap Perubahan Nyeri Sendi Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Di Desa Kutukulon Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo, *Satukan Tekad Menuju Indonesia Sehat*.
- Sari & Listiarini, 2021. Sari, I. D., & Listiarini, U. D. (2021). Efektivitas Akupresur dan Minuman Jahe terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Haid/Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 215. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1154>.
- Sari, H., & Hayati, E. 2020. Gambaran Tingkat Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri. *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 3(2), 226–230.

- Setyawan, A. and Oktavianto, E. 2020. Efektifitas Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Osce pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 6(1), p. 9. Available at: <https://doi.org/10.20527/jbk.v6i1.8356>.
- Setyawan, A. and Oktavianto, E. 2020. Efektifitas Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Osce pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 6(1), p. 9. Available at: <https://doi.org/10.20527/jbk.v6i1.8356>.
- Sihombing, K.A. 2023. Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi dan Dismenore pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Implementa Husada*, 4(1). Available at: <https://doi.org/10.30596/jih.v4i1.12711>.
- Siregar 2023. Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Sindroma Dispepsia di IGD RSUD X. *Gema Wiralodra*, 14(1), pp. 358–363.
- Sugiarti, H. 2019. Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Penggunaan Obat Tradisional Sebagai Swamedikasi Nyeri di Desa Sidakaton Kabupaten Tegal. Program Studi D-III Farmasi Politeknik Harapan Bersama Tegal, (09), pp. 1–6.
- Sugiyanto 2020. Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Melalui Teknik Relaksasi Genggam Jari di RSUD Sawerigading Palopo. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 6(2), pp. 55–59.
- Sugiyono. 2014. Metode Penelitian Pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. fvgAlfabeta. Bandung.

- Sugiyono. 2017. Statistika Untuk Penelitian. Alfabeta, cv. Bandung.
- Swandari, A. 2022. Buku Ajar Intervensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenore. Intrvensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenore, pp. 1–59.
- Tsamara, G., Raharjo, W., & Putri, E. A. 2020. Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3), 130–140.
- Winarni et al. 2023. fektifitas Massage Aromaterapi Dalam Menurunkan Nyeri Dysmenorrhea Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(1), pp. 208–220.
- Yunianingsih, E. 2018. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Dysmenorrhea
- Yusrah, T., Fatma, J., & Najihah. 2022. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorhea. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 41.