

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja Putri: *Literature Review*”, analisis kritis terhadap 7 jurnal hasil penelitian yang menjadi sampel dalam *literature review*, sampel penelitian sudah sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, serta di uji kelayakan dengan instrument *Joanna Brigs Institute (JBI) Critical Appraisal Checklist for Quasi Experimental Studies*, Instrument ini berisikan 9 pertanyaan *ceklis* untuk melihat apakah ada kesesuaian, keselarasan dan ketepatan dari judul, desain, sampel, tujuan, hasil dan pembahasan sebagai bahan yang relevan dengan syarat 50% memenuhi kriteria *critical appraisal* (Nursalam, 2015). Hasil penelitian dari sampel yang diperoleh ini akan dituangkan dalam tabel 5.1 matriks jurnal sebagai berikut:

Tabel 5 1 Matriks Jurnal

Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja Putri

No	Penulis (tahun kode & penerbit)	Judul	Metode	Hasil Penelitian	Kelebihan	Kekurangan
1.	Esti Yunianingrum, dkk (2018) ISSN: 2599-3224 Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak	<i>The Effect Of Warm Compress And Aromatherapy Lavender To Decreasing Pain On Primary Dysmenorrhea</i>	Desain penelitian: quasy <i>eksperiment</i> Tekhnik sampling: <i>Random sampling</i> Populasi adalah siswi pondok pesantren As Salafiyah sebanyak 44 orang Sampel sebanyak 22 orang intervensi 22 orang kelompok kontrol	Hasil penelitian menunjukkan rerata penurunan sebesar 1.18 dengan $p=0.000 < 0.05$ yang berarti ada pengaruh lavender aromaterapi menggunakan lilin dan dilakukan selama 60 menit terhadap penurunan nyeri dismenore primer	Hasil penelitian diuraikan secara jelas berupa tabel hasil penelitian sehingga peneliti bisa memahami hasil penelitian secara mudah dan jelas, prosedur penerapan aromaterapi lavender di jelaskan dalam jurnal	Pembahasan uraian hasil penelitian tidak dijelaskan secara rinci dan luas sehingga peneliti tidak dapat mengembangkan hasil penelitian secara luas, uap kurang menyebar jadi tidak terhirup secara maksimal
2.	Nurul Ariningtyas, dkk (2019) ISSN: 2066-2210 Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu	Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dysmenorrea Pada Siswi Smk Negeri 2 Sewon Bantul Tahun 2017	Desain penelitian: <i>eksperiment</i> Tekhnik sampling: <i>Quota sampling</i> Populasi adalah seluruh siswi SMK Negeri 2 Sewon Bantul	Hasil penelitian sebelum intervensi diperoleh tingkat nyeri dismenore yaitu skor nyeri sedang, dan setelah intervensi pada tingkat nyeri ringan. Hasil uji statistik diperoleh nilai pvalue $(0,001) < 0.05$	Uraian hasil penelitian dituliskan secara jelas dan dapat dimengerti oleh peneliti	Hasil penelitian dianggap tidak memiliki kekurangan karena hasil penelitian dan uraian penelitian dibuat secara terperinci, namun prosedur penerapan terapi aroma lavender tidak dijelaskan

			Sampel sebanyak 15 orang	sehingga ada pengaruh tingkat nyeri sebelum dan sesudah terapi aroma lavender		
3.	Feigi Friscilia, dkk (2020) ISSN: 2721-3994 <i>Window of Nursing Journal</i>	Lilin Aromaterapi Lavender Dapat Menurunkan Tingkat Dismenore Primer	Desain penelitian: <i>eksperiment</i> Teknik sampling: <i>Total sampling</i> Populasi adalah seluruh siswi kelas XI IPA A dan XI IPA B yang mengalami dismenore primer sebanyak 24 orang sampel sebanyak 24 orang	Hasil penelitian sebelum perlakuan yaitu sebesar 79.2% nyeri sedang, hasil setelah perlakuan yaitu sebesar 87.5% nyeri ringan. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value (0,000) < 0.05 sehingga ada pengaruh tingkat nyeri sebelum dan sesudah terapi aroma lavender terhadap tingkat dismenore primer dengan menggunakan lilin aromaterapi lavender	Hasil penelitian dibuat secara jelas dan dapat dipahami oleh peneliti prosedur penerapan aromaterapi lavender di jelaskan dalam jurnal	Hasil penelitian dianggap tidak memiliki kekurangan karena hasil penelitian dan uraian penelitian dibuat secara terperinci prosedur di jelaskan tetapi tidak dijelaskan durasi waktunya
4.	Indah Chrysyina, dkk (2020) ISSN: 2087-4268 <i>Healthy</i>	Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Haid (Dismenore Primer) Di Asrama Putri Stikes Banyuwangi Tahun 2020	Desain penelitian: <i>eksperiment</i> Teknik sampling: <i>Total sampling</i> Populasi adalah semua penghuni asrama putri STIKes Banyuwangi yang mengalami	Hasil penelitian sebelum dilakukan terapi aroma lavender 58% mengalami <i>dismenore</i> sedang, dan setelah dilakukan pengobatan terapi aroma lavender sebagian besar 58% mengalami <i>dismenore</i> ringan. Hasil uji <i>wilcoxon</i> diperoleh nilai $\rho =$	Hasil penelitian dibuat secara jelas dan dapat dipahami oleh peneliti prosedur penerapan aromaterapi lavender di jelaskan dalam jurnal	Hasil penelitian dianggap tidak memiliki kekurangan karena hasil penelitian dan uraian penelitian dibuat secara terperinci

			(<i>dismenore primer</i>) sejumlah 33 sampel sebanyak 33 orang	0,000 < α 0,05 artinya ada pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat nyeri haid (<i>dismenore primer</i>) dengan menggunakan pemberian oil aromaterapi lavender sebanyak 5-10 tetes kemudian dihirup selama 10 menit		
5.	Lisdiyanti Usman (2020) ISSN: 2656-2863 <i>Jambura Health and Sport Journal</i>	Senam Dismenorea Dan Aroma Terapi Lavender Dalam Menurunkan Dismenorea	Desain penelitian: <i>eksperiment</i> Tekhnik sampling: <i>Purposive sampling</i> Populasi adalah 100 siswi yang mengalami dismenorea sampel sebanyak 31 orang	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata nyeri haid sebelum diberikan intervensi adalah 4,94 dan rata-rata sesudah diberikan intervensi adalah 2,58. Hal uji statistik diperoleh <i>p-value</i> 0,000 < 0,05 yang berarti adanya pengaruh terapi aroma lavender terhadap penurunan nyeri dismenore.	Hasil tabel penelitian dibuat secara jelas dan dapat dipahami oleh peneliti	Pembahasan uraian hasil penelitian tidak dijelaskan secara rinci dan luas, prosedur penerapan terapi aroma lavender tidak dijelaskan sehingga peneliti tidak dapat mengembangkan hasil penelitian secara luas
6.	Zuraida, dkk (2020) ISSN: 2774-7018	Pengaruh Kombinasi Yoga Dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat	Desain penelitian: <i>eksperiment</i> Tekhnik sampling: <i>Purposive sampling</i> Populasi	Hasil penelitian ini menunjukkan sebelum perlakuan Tingkat nyeri terendah adalah 4 dan tingkat nyeri tertinggi adalah 6,	Hasil tabel penelitian dibuat secara jelas dan dapat dipahami oleh peneliti prosedur	Hasil penelitian dianggap tidak memiliki kekurangan karena hasil penelitian dan uraian penelitian dibuat secara

<i>Maternal Child Health Care Journal</i>	Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek	adalah semua remaja putri kelas 2 di Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi berjumlah 80 orang sampel sebanyak 16 orang	setelah perlakuan Tingkat nyeri terendah adalah 3 dan tingkat nyeri tertinggi adalah 5. Hasil uji statistik di peroleh <i>p-value</i> 0,000 < 0,05 yang berarti adanya pengaruh terapi aroma lavender terhadap penurunan nyeri dismenore dengan menggunakan oil aromaterapi lavender sebanyak 5-10 tetes dengan cara di hirup selama 15 menit	penerapan aromaterapi lavender di jelaskan dalam jurnal	terperinci
---	---	---	---	---	------------

7.	Djumi Widarti, dkk (2021) ISSN: 2685-2012 <i>Midwifery and Nursing Research</i> (MANR)	<i>Effectiveness Of Warm Water Compress With Lemon Aromatherap y And Lavender Aromatherap y Against Primary Dysmenorrhe a Pain Levels</i>	Desain penelitian: <i>eksperiment</i> Tekhnik sampling: <i>Accidental sampling</i> Subjek penelitian ini adalah 37 remaja putri yang menderita dismenorea dan memenuhi kriteria	Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi tingka nyeri responden yaitu sebagian besar (52,6%) nyeri sedang, dan setelah diberikan terapi sebagian besar (84.2%) pada nyeri ringan. Hasil uji statistik di peroleh <i>p-value</i> 0,001 < 0,05 yang berarti adanya pengaruh terapi aroma lavender terhadap penurunan nyeri dismenore.	Hasil tabel penelitian dibuat secara jelas dan dapat dipahami oleh peneliti	Hasil penelitian dianggap tidak memiliki kekurangan karena hasil penelitian dan uraian penelitian dibuat secara terperinci, namun prosedur penerapan terapi aroma lavender tidak dijelaskan.
----	---	---	--	--	---	--

5.2 Pembahasan

Dalam *literature review* sebanyak 7 artikel yang berkaitan dengan pengaruh aromaterapi lavender terhadap dismenore primer pada remaja putri menyatakan terdapat pengaruh antara aromaterapi lavender terhadap dismenore primer. Kandungan utama minyak lavender adalah *linalool* asetat, yang melemaskan sistem saraf dan otot yang tegang, juga dikatakan bahwa *linalool* memiliki efek *hypnotic* dan *anticonculsiv*. Oleh karena itu, sangat cocok untuk aromaterapi. Selain itu, beberapa tetes minyak esensial lavender dapat membantu memberikan efek relaksasi dan menurunkan nyeri menstruasi (McLain DE, 2011).

Penurunan tertinggi berada pada jurnal ke-4 penelitian Indah, dkk (2020) dilihat dari rata-rata mencapai penurunan hingga 2,40, sedangkan menurut skala nyeri dengan sampel 33 orang sebelum diberikan aromaterapi lavender skala nyeri berat mencapai 6 orang dan sesudah pemberian intervensi skala nyeri berat berkurang menjadi 1 orang dan skala tidak nyeri mencapai 8 orang penurunan tersebut terjadi karena pemberian oil aromaterapi lavender sebanyak 5-10 tetes kemudian dihirup selama 10 menit tetapi tidak dijelaskan alat yang digunakan, terapi alternative ini dapat dilakukan di rumah, tidak ada efek samping jangka pendek maupun jangka panjang pada tubuh, sehingga aman untuk dilakukan siapa saja, dan efektif mengurangi dismenore primer. Jurnal ke-6 penelitian yang di lakukan Zuraida, dkk (2020) mencapai penurunan 1,75 dan terdapat persamaan pemberian intervensi dengan menggunakan oil aromaterapi lavender

sebanyak 5-10 tetes dengan cara di hirup selama 15 menit tetapi tidak dijelaskan alat yang digunakan, namun terdapat perbedaan waktu pemberian aromaterapi lavender pada penelitian ini hanya selama 15 menit. Jurnal ke-5 penelitian Lisdiyanti Usman, dkk (2020) dilihat dari rata-rata mencapai penurunan 2,36, sedangkan menurut skala nyeri dengan sampel 31 orang sebelum diberikan intervensi skala nyeri berat 9 orang setelah dilakukan intervensi skala nyeri berat 1 orang dan skala nyeri ringan 14 orang tetapi dalam jurnal ini tidak dijelaskan terkait cara pemberian aromaterapi lavender. Dan jurnal ke-2 penelitian yang dilakukan Nurul Ariningtyas, dkk (2019) mencapai penurunan 1,58, karena sampel setiap kelompok sedikit dan dalam jurnal ini tidak di jelaskan terkait cara pemberian aromaterapi lavender.

Penurunan terendah berada pada jurnal ke-1 penelitian yang dilakukan Esti Yunianingrum, dkk (2018) hanya mencapai 1,18, hal ini terjadi karena pemberian aromaterapi lavender menggunakan lilin dan dilakukan selama 60 menit. Kemungkinan menggunakan lilin aromaterapi lavender kurang menyebar jadi tidak terhirup dengan maksimal. Pada jurnal ke-7 penelitian Djumi Widarti, dkk (2021) dilihat dari rata-rata mencapai 1,5, sedangkan menurut skala nyeri dengan sampel 18 orang sebelum diberikan intervensi skala nyeri sedang 12 orang dan setelah di berikan intervensi skala nyeri ringan 17 orang dan tidak nyeri 1 orang. Dalam jurnal ini tidak di jelaskan terkait cara pemberian aromaterapi lavender. Dan pada jurnal ke-3 penelitian Feigi Friscilia, dkk (2020) dilihat dari rata-rata mencapai 1,17,

sedangkan menurut skala nyeri dengan sampel 24 sorang sebelum diberikan intervensi skala berat mencapai 5 orang sesudah diberikan intervensi skala ringan mencapai 21 orang dan tidak nyeri 1 orang pemberian intervensi dengan menggunakan lilin aromaterapi lavender, namun waktu pemberian aromaterapi lavender pada penelitian ini tidak di jelaskan.

Salah satu faktor yang harus diperhatikan yaitu umur, karena umur merupakan variabel penting yang dapat mempengaruhi respon nyeri. Rasa nyeri yang dirasakan beberapa hari sebelum menstruasi dan saat menstruasi biasanya disebabkan oleh peningkatan sekresi hormon prostaglandin. Semakin tua seseorang, semakin sering menstruasi dan semakin lebar serviks, semakin sedikit sekresi hormon prostaglandin. Menurut Yustianingsih (2014) *dismenore* primer dapat ditemukan pada remaja muda usia 15-25 tahun dan akan hilang pada usia akhir 20-an atau 31-an tanpa ditemukan kelainan genital pada pemeriksaan system reproduksi (Yustianingsih, 2014).

Terdapat pula ambang nyeri pada seseorang memiliki ukuran yang berbeda-beda. Menurut Septiani (2011) intensitas nyeri (skala nyeri) merupakan gambaran tingkatan nyeri yang dirasakan seseorang, dengan pengukuran intensitas nyeri setiap orang sangat subjektif, dan kemungkinan terjadinya nyeri antara dua orang pada intensitas yang sama sangat berbeda. Berdasarkan 7 jurnal penelitian diperoleh ambang nyeri pada responden menurut jurnal no 3, 4, 5, dan 7 diukur dengan skala ringan, sedang, dan berat, rentang skala nyeri paling tertinggi yaitu pada skala nyeri sedang.

Berdasarkan hasil jurnal no 3,4, dan 5 memiliki persamaan bahwa berdasarkan usia *menarche* sebagian besar responden mengalami pada usia kurang dari 13 tahun, hal ini yang kemungkinan dapat memicu terjadinya dismenore primer karena akibat usia *menarche* yang terlalu muda, hal ini disebabkan karena usia *menarche* yang lebih muda atau lebih awal yaitu kurang dari 13 tahun lebih rentan mengalami *dismenore* pada saat menstruasi. Usia *menarche* yang terlalu muda (< 13 tahun) dimana alat reproduksi belum berkembang sempurna dan masih terdapat penyempitan pada leher rahim, nyeri saat menstruasi akan terjadi karena alat reproduksi belum bekerja secara maksimal (Friscilia, dkk. 2020).

Berdasarkan hasil penelitian pada artikel 3, 4, dan 5 diperoleh kesamaan bahwa responden yang mengalami dismenore primer akan dijumpai peningkatan prostaglandin oleh endometrium dengan pelepasan terbanyak selama menstruasi pada 48 jam pertama dan berhubungan dengan beratnya gejala yang terjadi. Ciri-ciri dismenorea primer adalah terjadi beberapa waktu atau 6 – 12 bulan sejak menstruasi pertama (*menarche*), rasa nyeri timbul sebelum menstruasi atau di awal menstruasi, berlangsung beberapa jam nyeri hilang timbul, sifat nyeri menusuk- nusuk diperut bagian bawah, kadang menyebar kesekitar pinggang, paha, disertai mual, muntah, sakit kepala, diare, sering buang air kecil, berkeringat. Peningkatan produksi prostaglandin menyebabkan kontrak ototrahim lebih kuat. Sebelum menstruasi, prostaglandin meningkat dan begitu menstruasi terjadi, kadar prostaglandin menurun. Penurunan produksi prostaglandin mengakibatkan

rasa sakit cenderung berkurang setelah beberapa hari menstruasi (Friscilia, dkk. 2020). Dampak akibat dismenore yang dirasakan responden sebagian besar hasil penelitian menjelaskan bahwa dampak pada remaja akibat dismenore yaitu mengganggu aktifitas belajar, pola tidur terganggu, nafsu makan terganggu, kesulitan berkonstrasi, aktifitas sehari-hari terganggu, serta sebagian mengalami sakit atau tidak masuk sekolah (Chrisyina, dkk, 2020).

Berdasarkan 7 jurnal penelitian diperoleh seluruhnya menyatakan bahwa adanya pengaruh antara pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan rasa nyeri dismenore primer. Berdasarkan telaah jurnal adanya kesamaan pembahasan mengenai prosedur bagaimana caranya terapi aroma lavender dapat mengurangi rasa nyeri, hal ini disebabkan pada saat seseorang menghirup aromaterapi lavender, molukel yang mudah menguap (volatile) dari minyak tersebut dibawa ke sel-sel reseptor dihidung. Ketika molekul-molekul tersebut menempel pada rambut-rambut halus di hidung, maka terjadilah suatu pesan elektrokimia yang akan ditransmisikan melalui saluran *olfactory* ke otak kemudian ke sistem limbik, yang dapat merangsang hipotalamus untuk melepaskan serotonin yang berfungsi dapat memperbaiki suasana hati dan hormon endorphen yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami serta menghasilkan perasaan rileks, tenang dan senang (Zuraida, dkk. 2020).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lavender dapat menjadi salah satu terapi alternative pada remaja yang

mengalami dismenore primer. Dari hasil penelitian-penelitian diatas maka peneliti dapat memperoleh ilmu yang sangat bermanfaat terutama mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri dismenore primer, jurnal-jurnal yang diperoleh memberikan penjelasan yang rinci dan jelas, meskipun sebagian besar jurnal tidak membahas secara rinci tentang pemberian intervensi aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri, serta sebagian jurnal tidak menjelaskan secara rinci pembahasan hasil penelitian dilapangan sehingga peneliti tidak bisa menggali lebih luas dari hasil penelitian, namun hasil penelitian berdasarkan uraian diatas sudah menjawab tujuan dari penelitian yaitu peneliti menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan aromaterapi lavender terhadap dismenore primer.