

ABSTRAK

Menstruasi adalah perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Selama proses peluruhan endometrium sering terjadi nyeri, nyeri tersebut sering disebut dengan dismenore. Dismenore terjadi karena peningkatan produksi prostaglandin selama menstruasi dan menyebabkan kontraksi uterus yang tidak teratur mengakibatkan nyeri. Terapi non-farmakologi untuk menghilangkan rasa sakit dari dismenore dapat menggunakan aromaterapi lavender. Hasil studi pendahuluan, didapatkan 35 mahasiswi mengalami dismenore penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender dalam menurunkan intensitas nyeri dismenore pada mahasiswa keperawatan Universitas Bhakti Kencana Tahun 2022.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *quasi-eksperiment* dengan pendekatan (*one grup pretest-posttest design*). Jumlah sampel 35 orang dengan teknik *Purposive Sampling*. Analisis data menggunakan uji statistik *Wilcoxon*.

Hasil penelitian ini sebelum diberikan intervensi sebagian besar masuk ke dalam kategori nyeri sedang (48,5%), setelah diberikan intervensi menggunakan aromaterapi lavender sebagian besar masuk ke dalam kategori ringan (74,3%). Maka dari itu diperoleh nilai = 0,001 yang artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore.

Kata kunci: Dismenore, Aromaterapi Lavender

Sumber : 2 Buku (2010-2021)

20 Jurnal (2013-2021)

ABSTRACT

Menstruation is periodic vaginal bleeding due to the shedding of the endometrial lining of the uterus. During the process of endometrial sloughing, pain often occurs, the pain is often referred to as dysmenorrhea. Dysmenorrhea occurs due to increased production of prostaglandins during menstruation and causes irregular uterine contractions resulting in pain. Non-pharmacological therapy to relieve pain from dysmenorrhea can use lavender aromatherapy. The results of the preliminary study, it was found that 35 female students experienced dysmenorrhea. This study aims to determine the effect of lavender aromatherapy in reducing the intensity of dysmenorrhea pain in nursing students at Bhakti Kencana University in 2022. This study uses a quasi-experimental approach (one group pretest-posttest design). The number of samples is 35 people with purposive sampling technique. Data analysis using Wilcoxon statistical test.

The results of this study before being given the intervention were mostly in the moderate pain category (48.5%), after being given the intervention using lavender aromatherapy most were in the mild category (74.3%). Therefore, the value = 0.001 which means that there is an effect of giving lavender aromatherapy to decrease the intensity of dysmenorrhea pain.

Keywords: *Dysmenorrhea, Lavender Aromatherapy*

Source: *2 books (2010-2017)*

20 Journal (2013-2021)