

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN AROMATERAPI KENANGA
TERHADAP INTENSITAS *DISMINOREA* DI PONDOK
PESANTREN NURUL ISLAM JEMBER**



**OLEH :
SAMNAH KHOIRIAH
NIM. P17331225010**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JEMBER
2023**

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN AROMATERAPI KENANGA TERHADAP INTENSITAS *DISMINOREA* DI PONDOK PESANTREN NURUL ISLAM JEMBER

Proposal Skripsi Ini Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan



OLEH :
SAMNAH KHOIRIAH
NIM. P17331225010

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JEMBER
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Samnah Khoiriah

NIM : P17331225010

Judul Skripsi : Efektivitas Pemberian Aromaterapi Kenanga Terhadap Intensitas

Disminorea di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran kami sendiri. Sepanjang pengetahuan kami belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka kami bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Jember, 7 April 2023

Yang Membuat Pernyataan



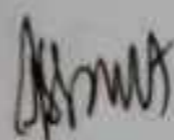
Samnah Khoiriah
P17331225010

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul Efektivitas Pemberian Aromaterapi Kenanga Terhadap Intensitas *Disminorea* di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, oleh Samnah Khoiriah NIM P17331225010 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Jember, 10 April 2023

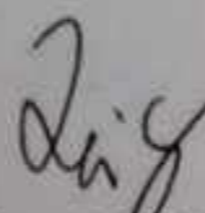
Pembimbing Utama



Susilawati, SST, M.Kes
NIP 197412032002122002

Jember, 10 April 2023

Pembimbing Pendamping



Riza Umami, ST, M.Keb
NIP 198412192019022001

LEMBAR PENGESAHAN

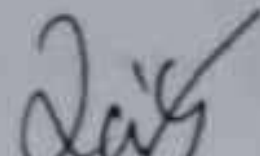
Skripsi dengan judul **Efektivitas Pemberian Aromaterapi Kenanga Terhadap Intensitas *Disminorea* di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember**, oleh Samnah Khoiriah NIM P17331225010 ini telah dipertahankan di depan dewan penguji Ujian Sidang Skripsi pada tanggal 17 April 2023

Dewan Penguji

Penguji Ketua

Penguji Anggota I

Penguji Anggota II



Ida Prijatni, S.Pd.M.Kes
NIP.195906141982032001

Susilawati, SST. M.Kes
NIP.197412032002122002

Riza Umami, SST.M.Keb
NIP.198412192019022001

Mengetahui

Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Malang

Ketua Program
Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Jember



Rita Yulifah, S.Kp.M.Kes
NIP.196607271991032003



Susilawati, SST. M.Kes
NIP.197412032002122002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis mengucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa telah memberikan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik. Penelitian dan sebagai salah satu tugas akhir di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen., M.Pd selaku Direktur Politeknik Kesehatan Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal skripsi ini.
2. Ibu Rita Yulifah, S.Kp., M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemekes Malang.
3. Ibu Susilawati. SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi D-IV Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
4. Ibu Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes selaku Penguji Utama yang bersedia menguji penulis, memberikan saran, bimbingan, arahan dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.
5. Ibu Susilawati. SST., M.Kes selaku Pembimbing Utama dan Penguji Anggota 1 bersedia menguji penulis, memberikan saran, bimbingan, arahan dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.

6. Ibu Riza Umami. SST.,M.Keb selaku Pembimbing Pendamping dan Penguji 2 bersedia menguji penulis, memberikan saran, bimbingan arahan dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan. Penulis telah berusaha maksimal untuk menyelesaikan skripsi ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Jember, 04 April 2023

Samnah Khoiriah

ABSTRAK

Khoiriah, Samnah. 2023. Efektivitas Pemberian Aromaterapi Kenanga Terhadap Intensitas *Disminorea* di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan. Politeknik Kesehatan Malang. Pembimbing Utama : Susilawati, SST. M.Kes Pembimbing Pendamping : Riza Umami, SST.M.Keb

Latar Belakang : *Disminorea* merupakan masalah menstruasi yang sering timbul pada remaja putri karena terjadi peningkatan hormone yang mengakibatkan uterus hipertonus dan vasokonstriksi. Beberapa remaja mengalami gangguan aktifitas fisik dan nyeri membatasi kegiatan sehari-hari. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi intensitas *disminorea* adalah dengan menggunakan terapi non farmakologi yaitu berupa pemberian aromaterapi kenanga. **Metode :** Desain penelitian pre-eksperimental dengan rancangan *One-Grup Pretest-Posttest Desain*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 34 responden. Analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon*. **Hasil :** Sebelum diberikan aromaterapi sebanyak 88,2 % responden mengalami nyeri ringan, setelah pemberian aromaterapi 100% responden mengalami nyeri ringan. Hasil uji *Wilcoxon* diperoleh p-value 0.000. Terdapat perbedaan rata-rata pada intensitas *disminorea* sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi kenanga. **Kesimpulan** Aromaterapi kenanga mempengaruhi intensitas *disminorea*, terjadi penurunan intensitas *disminorea* sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi. Hal ini disebabkan karena aromaterapi kenanga dapat meningkatkan pengeluaran hormon *serotonin* dan *endorphine*. Aromaterapi kenanga dapat dihirup dengan frekuensi 3-5 hari setelah menstruasi atau timbulnya *disminorea* sebelum menstruasi. Aromaterapi kenanga dapat digunakan sebagai terapi alternative untuk menurunkan intensitas *disminorea*.

Kata Kunci: Aromaterapi kenanga, Intensitas *disminorea*.

ABSTRACT

Khoiriah, Samnah. 2023. The Effectiveness of Giving Cananga Aromatherapy to the Intensity of Disminorea at Nurul Islam Jember Islamic Boarding School. Thesis. Midwifery Applied Undergraduate Study Program. Malang Health Polytechnic. Main Advisor : Susilawati, SST. M.Kes Companion Advisor : Riza Umami, SST.M.Keb

Background : Dysmenorrhoea is a menstrual problem that often arises in young women due to an increase in hormones which results in a hypertonic uterus and vasoconstriction. Some adolescents experience impaired physical activity and pain limiting daily activities. One of the efforts that can be made to reduce the intensity of dysmenorrhea is to use non-pharmacological therapy in the form of ylang aromatherapy. ***Methods :*** Pre-experimental research design with a One-Group Pretest-Posttest Design. The sampling technique used purposive sampling with a total sample of 34 respondents. Data analysis using the Wilcoxon Test. ***Results :*** Before being given aromatherapy as much as 88.2% of respondents experienced mild pain, after giving aromatherapy 100% of respondents experienced mild pain. The Wilcoxon test results obtained a p-value of 0.000. There is an average difference in the intensity of dysmenorrhea before and after being given ylang aromatherapy. ***Conclusion :*** Aromatherapy cananga affects the intensity of light intensity, there is a decrease in light intensity before and after being given aromatherapy. This is because ylang aromatherapy can increase the release of serotonin and endorphins. Cananga aromatherapy can be inhaled with a frequency of 3-5 days after menstruation or the onset of dysmenorrhea before menstruation. Cananga aromatherapy can be used as an alternative therapy to reduce the intensity of dysmenorrhea.

Keywords : Aromatherapy of ylang, Intensity of dysmenorrhea

DAFTAR ISI

	Hal
SKRIPSI	i
SKRIPSI	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep <i>Disminorea</i>	7
2.1.1 Pengertian <i>Disminorea</i>	7
2.1.2 Klasifikasi <i>Disminorea</i>	8
2.1.3 Perbedaan <i>Disminorea</i> primer dan <i>Disminorea</i> Sekunder.....	11
2.1.4 Gejala <i>Disminorea</i> Primer.....	12
2.1.5 Faktor Penyebab <i>Disminorea</i> Primer.....	13

2.1.6 Etiologi <i>Disminorea</i> Primer.....	17
2.1.7 Patofisiologi <i>Disminorea</i> Primer	18
2.1.8 Dampak <i>Disminorea</i> Primer	20
2.1.9 Derajat <i>Disminorea</i> Primer	21
2.1.10 Penatalaksanaan <i>Disminorea</i> Primer	22
2.1.11 Pencegahan <i>Disminorea</i> Primer.....	26
2.2 Konsep Aromaterapi.....	27
2.2.1 Pengertian Aromaterapi	27
2.2.2 Manfaat Aromaterapi.....	28
2.2.3 Cara Penggunaan Aromaterapi	29
2.3 Konsep Aromaterapi Bunga Kenanga	30
2.3.1 Klasifikasi Taksonomi Bunga Kenanga	31
2.3.2 Kandungan Aromaterapi Bunga Kenanga	31
2.3.3 Manfaat Aromaterapi Bunga Kenanga	32
2.4 Tinjauan Umum Tentang Intensitas Nyeri	33
2.4.1 Visual Analog Scale (VAS).....	33
2.4.2 Numeric Rating Scale (NRS).....	34
2.4.3 Verbal Rating Scale (VRS).....	34
2.4.4 Face Rating Scale (FRS).....	35
2.4.5 Comparative Scale	35
2.5 Teori <i>Gate – Control</i> (Teori Pengendalian Gerbang).....	37
2.6 Mekanisme Kerja Aromaterapi Dalam Menurunkan <i>Disminorea</i>	38
2.7 Hubungan Aromaterapi Kenanga dan <i>Disminorea</i>	40
2.8 Kerangka Konsep Penelitian	42
2.8 Hipotesis	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
3.1 Desain Studi Penelitian.....	44
3.2 Kerangka Operasional	45
3.3. Populasi, Sampel, dan Sampling	45
3.3.1 Populasi.....	45
3.3.2 Sampel	46

3.3.3 Sampling	47
3.4 Kriteria Sampel.....	47
3.5 Variabel Penelitian	48
3.6 Defenisi Operasional Variabel	49
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	51
3.7.1 Lokasi Penelitian.....	51
3.7.2 Waktu Penelitian.....	51
3.8 Instrumen Penelitian	51
3.9 Metode Pengumpulan Data	53
3.10 Metode Pengolahan Data.....	53
3.11 Analisis Data	55
3.12 Etika Penelitian.....	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
4.1 Hasil Penelitian.....	59
4.1.1 Data Umum.....	59
4.1.2 Data Khusus	62
4.1.3 Uji Hipotesis	64
4.2 Pembahasan	65
4.2.1 Intensitas Disminorea Sebelum Diberikan Aromaterapi Kenanga Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	65
4.2.2 Intensitas <i>Disminorea</i> Sesudah Diberikan Aromaterapi Kenanga Pada	69
4.2.3 Intensitas Disminorea Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi .	71
4.3 Keterbatasan Penelitian	74
BABA V PENUTUP.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Perbedaan <i>disminorea</i> primer dan <i>disminorea</i> sekunder	11
Tabel 2. 2 Tingkatan Nyeri Berdasarkan Comparative Scale	36
Tabel 3. 1 Defenisi Operasional Variabel	49
Tabel 3. 2 Coding Data Intensitas Disminorea.....	54
Tabel 3. 3 Analisis Data Berdasarkan Distribusi Responden.....	56
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember.....	59
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	60
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Menarche Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	60
Tabel 4. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	61
Tabel 4. 5 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	61
Tabel 4. 6 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Olahraga Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	62
Tabel 4. 7 Distribusi Intensitas Disminorea Sebelum Diberikan Aromaterapi Kenanga Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	63
Tabel 4. 8 Distribusi Intensitas Disminorea Sesudah Diberikan Aromaterapi Kenanga Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	63

Tabel 4. 9 Distribusi Intensitas Disminorea Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Kenanga Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	64
Tabel 4. 10 Hasil Uji Wilcoxon Intensitas Disminorea Sebelum dan Sesudah Pemberian Kenanga Pada Siswi Pondok Pesantren Nurul Islam Jember	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bunga Kenanga.....	31
Gambar 2. 2 Visual Analog Scale (VAS).....	34
Gambar 2. 3 Numeric Rating Scale (NRS).....	34
Gambar 2. 4 Verbal Rating Scale (VRS).....	35
Gambar 2. 5 Face Rating Scale (FRS).....	35
Gambar 2. 6 Mekanisme Terjadinya Proses Penciuman Pada Manusia.....	39
Gambar 2. 7 Kerangka Kosep Penelitian.....	42
Gambar 3. 1 Kerangka Operasional	44
Gambar 3. 2 Alat Diffuser	51
Gambar 3. 3 Aroma Terapi Kenanga.....	52
Gambar 5. 1 Distribusi tingkat nyeri selama 5 hari.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Skripsi	85
Lampiran 2 Studi Pendahuluan	86
Lampiran 3 Ijin Tempat Penelitian	87
Lampiran 4 Bangkesbangpol.....	88
Lampiran 5 Sudah Selesai Melaksanakan Penelitian.....	89
Lampiran 6 Sudah Selesai Melaksanakan Penelitian.....	90
Lampiran 7 Informed Consent	91
Lampiran 8 Lembar Observasi/Kuisisioner	92
Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur	95
Lampiran 10 Tabulasi Responden.....	97
Lampiran 11 Rumus Wilcoxon	100
Lampiran 12 Hasil Uji Wilcoxon (SPSS)	101
Lampiran 13 Lembar Konsultasi.....	102