

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI *PEPPERMINT*
TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI *DISMENORE* PADA
SISWI SMP NEGERI 1 CIJULANG KABUPATEN PANGANDARAN**

SKRIPSI



Oleh :

NABILA FASHA IZZATY

NIM. P2.06.20.5.19.024

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP
PENURUNAN SKALA NYERI *DISMENORE* PADA SISWI SMP NEGERI 1
CIJULANG KABUPATEN PANGANDARAN**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Terapan Keperawatan
(S.Tr.Kep) Pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Tasikmalaya



Oleh :

NABILA FASHA IZZATY

NIM. P2.06.20.5.19.024

PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA

2023

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP
PENURUNAN SKALA NYERI *DISMENO*RE PADA SISWI SMP NEGERI 1
CIJULANG KABUPATEN PANGANDARAN**

SKRIPSI


Disusun Oleh :

NABILA FASHA IZZATY

NIM. P2.06.20.5.19.024

Telah memenuhi persyaratan untuk dipertahankan didepan dewan penguji ujian sidang
hasil skripsi pada tanggal 14 Juni 2023

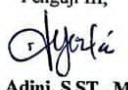
Penguji I,


Dr. Peni Cahyati, S.Kp., M.Kes
NIP. 196406221986032003

Penguji II,


Dr. H. Iwan Somantri, S.Kp., M.Kep
NIP. 196711182000031001

Penguji III,


Syaukia Adini, S.ST., M.Tr.Kep
NIP. 198706142009122002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya



Dudi Hartono, S.Kep., Ns. M.Kep
NIP. 197105121992031002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nabila Fasha Izzaty

NIM : P2.06.20.5.19.024

Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Tasikmalaya, 3 Juni 2023
Yang Membuat Pernyataan



Nabila Fasha Izzaty
NIM. P2.06.20.5.19.024

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nabila Fasha Izzaty
NIM : P2.06.20.5.19.024
Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa saya menyetujui skripsi yang saya tulis ini dipublikasikan untuk kepentingan akademik, baik secara keseluruhan maupun sebagian dari skripsi ini.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tasikmalaya, 6 Juli 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Nabila Fasha Izzaty
NIM. P2.06.20.5.19.024

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran” Shalawat serta salam semoga tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, sahabatnya, sampai kepada kita selaku umatnya.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, arahan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Dudi Hartono, S.Kp, Ners, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Dr. Peni Cahyati, S.Kp., M.Kes, selaku Pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan memberikan arahan, saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan skripsi ini.

5. Dr. H. Iwan Somantri, S.Kp., M.Kep, selaku Pembimbing 2 yang telah membimbing, memberi arahan, saran, masukan, serta motivasi yang membangun selama penyusunan skripsi ini.
6. Syaukia Adini, S.ST., M.Tr.Kep, selaku Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan saran yang membangun untuk skripsi saya kedepannya.
7. Seluruh staff pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
8. Seluruh staff, guru dan siswi SMPN 1 Cijulang yang telah bekerjasama dan membantu penulis selama melakukan penelitian.
9. Kedua orangtua dan kakak tercinta yang selalu memberikan dukungan dan motivasi yang membangun serta senantiasa memberikan doa yang tiada hentinya untuk penulis.
10. Erin Anggadewi, Windita Permatasari dan Rani Rahmawati yang telah mendorong, membantu dan mensupport penulis selama penyusunan skripsi.
11. Wooga Squad yang selalu memberikan doa, bantuan, dukungan dan semangat serta telah menjadi tempat berkeluh kesah, selalu ada dalam keadaan suka maupun duka.
12. Paguyuban Santuy yang selalu memberikan doa, semangat dan dukungan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Na Jaemin dan member NCT lainnya yang secara tidak langsung telah menjadi penyemangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Seluruh rekan-rekan Program Studi Sarjana Terapan yang selalu saling support dalam penyusunan skripsi ini.

15. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari kesalahan dan masih banyak kekurangan, maka dari itu kritik dan saran yang membangun diharapkan untuk perbaikan dan kemajuan pada penulisan di masa mendatang.

Tasikmalaya, 3 Juni 2023

Penulis,

Nabila Fasha Izzaty

NIM. P2.06.20.5.19.024

**Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes
Tasikmalaya**

Skripsi, 3 Juni 2023

Nabila Fasha Izzaty

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP
PENURUNAN SKALA NYERI *DISMENOIRE* PADA SISWI SMP NEGERI 1
CIJULANG KABUPATEN PANGANDARAN**

ABSTRAK

Nyeri menstruasi atau *dismenore* adalah kondisi yang dialami oleh hampir seluruh wanita di segala usia, namun kebanyakan wanita yang mengalaminya adalah remaja yang baru mulai menstruasi. Prevalensi nyeri pada wanita menstruasi di seluruh dunia ditemukan cukup tinggi, dengan rata-rata lebih dari 50% wanita di masing-masing negara mengalami nyeri menstruasi. Salah satu penatalaksanaan *dismenore* secara non-farmakologi yaitu dengan penggunaan aromaterapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan skala nyeri *dismenore* pada siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran. Jenis penelitian ini adalah *pre experimental* dengan rancangan *one group pretest and posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMP Negeri 1 Cijulang yang mengalami *dismenore*, yaitu sebanyak 155 orang. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 39 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *puposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar ceklis NRS (*Numeric Rating Scale*). Analisis data menggunakan uji *paired sample t test*. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* 0,000 artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan skala nyeri *dismenore* pada siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran. Diharapkan siswi SMP Negeri 1 Cijulang yang mengalami *dismenore* dapat menggunakan aromaterapi *peppermint* sebagai alternatif terapi non-farmakologi untuk mengatasi nyeri *dismenore*.

Kata Kunci : Menstruasi, Nyeri *dismenore*, Aromaterapi *Peppermint*

Daftar Pustaka : 2013 - 2022

*Bachelor of Applied Nursing and Professional Education Study Program Ners
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*

Thesis, June 3, 2023

Nabila Fasha Izzaty

**THE EFFECT OF PEPPERMINT AROMATHERAPY ON REDUCING
DYSMENORRHEA PAIN SCALE IN STUDENTS OF SMPN 1 CIJULANG,
PANGANDARAN REGENCY**

ABSTRACT

Menstrual pain or dysmenorrhea is a condition experienced by almost all women at all ages, but most women who experience it are teenagers who are just starting to menstruate. The prevalence of pain in menstruating women worldwide was found to be quite high, with an average of more than 50% of women in each country experiencing menstrual pain. One of the non-pharmacological management of dysmenorrhea is the use of aromatherapy. This study aims to determine whether there is an effect of peppermint aromatherapy on reducing the scale of dysmenorrhea pain in students of SMPN 1 Cijulang, Pangandaran Regency. This type of research is pre-experimental with one group pretest and posttest design. The population in this study was all students of SMPN 1 Cijulang who had dysmenorrhea, which was 155 people. The number of samples used was 39 people. The sampling technique used is purposive sampling. The research instrument uses NRS (Numeric Rating Scale) checklist sheet. Data analysis using paired sample t test. The results of statistical tests show a p-value of 0.000, meaning that there is an effect of peppermint aromatherapy on reducing the scale of dysmenorrhea pain in students of SMPN 1 Cijulang, Pangandaran Regency. It is hoped that students of SMPN 1 Cijulang who experience dysmenorrhea can use peppermint aromatherapy as an alternative non-pharmacological therapy to overcome dysmenorrhea pain.

Keywords : Menstruation, Dysmenorrhea pain, Peppermint aromatherapy

References : 2013 - 2022

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB 1	1
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
1.5	Keaslian Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....		11
2.1	Konsep Dasar Remaja	11
2.1.1	Definisi Remaja.....	11
2.1.2	Tahapan Remaja.....	11
2.1.3	Perubahan Fisiologi Remaja	12
2.1.4	Perubahan Psikologis Pada Remaja	12
2.2	Konsep Dasar Menstruasi	13
2.2.1	Definisi Menstruasi	13
2.2.2	Perubahan Fisik Pada Masa Menstruasi.....	13
2.2.3	Perubahan Psikologi Pada Masa Menstruasi.....	14
2.3	Konsep Dasar <i>Dismenore</i>.....	15
2.3.1	Definisi <i>Dismenore</i>	15
2.3.2	Klasifikasi <i>Dismenore</i>	16
2.3.3	Etiologi.....	17
2.3.4	Faktor Yang Mempengaruhi <i>Dismenore</i>	17
2.3.5	Gejala <i>Dismenore</i>	18
2.3.6	Penatalaksanaan	18

2.4	Konsep Dasar Nyeri	20
2.4.1	Definisi Nyeri.....	20
2.4.2	Klasifikasi Nyeri	20
2.4.3	Patofisiologi Nyeri	21
2.4.4	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri	22
2.4.5	Pengukuran Skala Nyeri.....	25
2.5	Konsep Dasar Aromaterapi	27
2.5.1	Definisi Aromaterapi.....	27
2.5.2	Mekanisme Aromaterapi.....	28
2.5.3	Metode Aromaterapi	28
2.5.4	Aromaterapi <i>Peppermint</i>	29
BAB 3	KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	33
3.1	Kerangka Konseptual	33
3.1	Hipotesis	34
BAB 4	METODE PENELITIAN	35
4.1	Desain Penelitian	35
4.2	Populasi, Sampel dan Sampling	36
4.2.1	Populasi.....	36
4.2.2	Sampel.....	36
4.2.3	Sampling	37

4.3	Variabel Penelitian.....	38
4.4	Definisi Operasional.....	38
4.5	Tempat Penelitian	39
4.6	Waktu Penelitian.....	39
4.7	Instrumen Penelitian	40
4.8	Prosedur Pengumpulan Data	40
4.9	Analisis Data.....	42
4.10	Etika Penelitian	44
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		46
5.1	Hasil Penelitian.....	46
5.1.1	Karakteristik Subjek Penelitian	46
5.1.2	Analisis Univariat.....	48
5.1.3	Analisis Bivariat	51
5.2	Pembahasan.....	52
5.2.1	Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi <i>Peppermint</i>	52
5.2.2	Pengaruh pemberian aromaterapi <i>peppermint</i> terhadap penurunan skala nyeri <i>dismenore</i>	54
BAB 6 PENUTUP.....		58
6.1	Kesimpulan.....	58
6.2	Saran	58

DAFTAR PUSTAKA.....	60
L A M P I R A N.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 4. 1 Definisi Operasional	38
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur dan Lama Menstruasi....	46
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Nyeri Dismenore Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Peppermint Pada Hari Ke 1	48
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Nyeri Dismenore Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Peppermint Pada Hari Ke 2	49
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Nyeri Dismenore Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Peppermint Pada Hari Ke 3	49
Tabel 5. 5 Hasil Statistik Nyeri Dismenore Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Peppermint Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran	50
Tabel 5. 6 Hasil Uji Normalitas Data.....	51
Tabel 5. 7 Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dimenore Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skala Nyeri Verbal Descriptor Scale (VDS).....	25
Gambar 2. 2 Skala Nyeri Numeric Rating Scale (NRS).....	25
Gambar 2. 3 Skala Nyeri Visual Analog Scale (VAS)	26
Gambar 2. 4 Gambar Daun Mint	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Pengumpulan Data.....	64
Lampiran 2 Surat Permohonan Pelaksanaan Studi Pendahuluan.....	65
Lampiran 3 Surat Pengajuan dan Progres KEPK.....	66
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian	67
Lampiran 5 Permohonan Menjadi Responden	68
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	69
Lampiran 7 SOP Pemberian Aromaterapi Peppermint	70
Lampiran 8 Lembar Skala Nyeri NRS	72
Lampiran 9 Hasil Uji Similarity	76
Lampiran 10 Lembar Bimbingan Skripsi.....	77
Lampiran 11 Hasil Output Uji Statistik	78
Lampiran 12 Dokumentasi Hasil Penelitian	81