

# EFEKTIVITAS AROMATERAPI GERANIUM TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA MAHASISWI KEPERAWATAN UNIVERSITAS RIAU

Mala Sasmita<sup>1</sup>, Oswati Hasanah<sup>2</sup>, Yufitriana Amir<sup>3</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Email: [malasasmita68@gmail.com](mailto:malasasmita68@gmail.com)

## Abstract

*Menstruation is bleeding in the uterus that takes place periodically as a result of the endometrium undergoing changes in the hormones estrogen and progesterone. Dysmenorrhea is discomfort during the menstrual cycle experienced by women of childbearing age. Geranium aromatherapy can reduce the degree of pain in women who experience dysmenorrhea. This study aims to determine the effectiveness of geranium aromatherapy on the intensity of menstrual pain in students of collaboration at the University of Riau. The research design used a quasi-experimental design with a pre-test and post-test control group design. The sample used was 40 respondents at the Faculty of Nursing, Riau University, which were taken based on inclusion criteria with purposive sampling technique. The measuring instrument used is an observation sheet using a Numeric rating scale. The analysis used is univariate analysis and bivariate analysis using independent t test and t dependent. The results of univariate analysis showed that the majority of respondents were at the age of 22 years as many as 11 respondents (27.5%). The results of the bivariate analysis in this study showed that the administration of geranium aromatherapy was effective on the intensity of menstrual pain with p value  $(0.000) < (0.05)$  and a decrease of 2.25 points after the administration of aromatherapy in the intervention group. It can be concluded that the administration of geranium aromatherapy is effective against the intensity of menstrual pain (dysmenorrhea). This should be a concern for women who experience dysmenorrhea to use geranium aromatherapy as an alternative non-pharmacological treatment and can be practiced independently.*

**Keywords:** *Dysmenorrhea, female student, geranium aromatherapy*

## PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan salah satu tanda seorang wanita memasuki masa pubertas, dimana pada masa ini seorang wanita memiliki tanggung jawab untuk menjamin dan memelihara fungsi reproduksinya (Wati, 2017). Menstruasi yaitu perdarahan pada rahim yang berlangsung secara periodik akibat dari terjadinya pelepasan endometrium karena perubahan yang dialami oleh hormon estrogen dan progesteron (Novita, 2018). Saat seorang wanita mengalami menstruasi, biasanya akan timbul nyeri pada daerah panggul yang biasa disebut dismenore (Mouliza, 2020).

Dismenore atau yang sering disebut nyeri haid merupakan gangguan umum yang dialami oleh seorang wanita ketika menstruasi (Larasati, T. A. & Alatas, 2016). Dismenore merupakan nyeri yang begitu hebat saat menstruasi pada perut bagian bawah sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari dan memerlukan pengobatan. Dismenore adalah rasa ketidaknyamanan selama siklus menstruasi yang dialami wanita usia subur

(Potter & Perry, dalam Trisnawati & Mulyandari, 2020). Uterus dan rahim terdiri atas otot yang berkontraksi dan relaksasi, pada umumnya kontraksi otot uterus tidak dirasakan namun kontraksi yang hebat dan sering menyebabkan aliran darah ke uterus tidak lancar atau terganggu sehingga timbul rasa nyeri. Klasifikasi dismenore ada dua jenis yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder (Sukarni & Wahyu, 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka kejadian dismenore di dunia sangat besar dengan rata-rata lebih dari 50% perempuan mengalami dismenore primer. Prevalensi dismenore di negara-negara Asia Tenggara berbeda setiap negara, angka kejadian di Malaysia mencapai 69,4%, Thailand 84,2% dan di Indonesia angka kejadian dismenore 64,25% terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Data prevalensi tersebut

menunjukkan kejadian dismenore di Indonesia masih cukup tinggi. Angka kejadian yang cukup tinggi ini diakibatkan karena masih kurangnya pengetahuan perempuan tentang dismenore dan cara penanganannya. Penatalaksanaan untuk nyeri haid bisa dengan farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri haid yaitu pemberian terapi komplementer.

Terapi komplementer merupakan sebuah kelompok dari macam-macam sistem pengobatan dan perawatan kesehatan, secara umum praktik dan produk tidak menjadi bagian dari pengobatan konvensional, terapi ini menjadi pendukung pengobatan medis konvensional (Rufaida, Lestari, & Sari, 2018). Terapi komplementer menjadi pengobatan alternatif yang diminati untuk mengatasi dismenore karena manfaatnya sangat baik dan dapat diterima di masyarakat dengan mudah salah satunya yaitu aromaterapi.

Aromaterapi merupakan seni dan ilmu menggunakan minyak esensial terapeutik berkualitas tinggi untuk meningkatkan dan mempertahankan kesehatan tubuh, pikiran dan semangat. Diterapkan dengan baik dan benar dapat memberikan cara yang mudah dan menyenangkan untuk meningkatkan vitalitas, keseimbangan, kesejahteraan, kenyamanan, dan untuk membantu mengobati penyakit (Tourles, 2018).

Menurut Tourles (2018) aromaterapi bekerja menembus selaput lendir pernapasan saat dihirup dan molekulnya masuk melalui kapiler dan masuk ke sistem peredaran darah hingga diangkut ke seluruh tubuh dan uap aromatik merangsang langsung pada sistem limbik otak, molekul berinteraksi dengan kimia tubuh sehingga memberikan efek terapeutik. Tindakan ini merangsang berbagai respon fisiologis dan psikologis seperti membantu mengurangi rasa sakit, mengurangi peradangan, memperbaiki jaringan yang rusak, relaksasi, pelepasan hormon dan meningkatkan suasana hati atau kognitif.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lee, et al (2018) tentang *Aromatherapy for Managing Pain in Primary Dysmenorrhea: A Systematic Review of Randomized Placebo-Controlled Trials*. Dalam penelitian sistem review ini menggunakan 11 jurnal

mendapatkan hasil bahwa penggunaan aromaterapi yang digunakan baik secara inhalasi, pijat atau oral dapat mengurangi rasa sakit pada perempuan yang mengalami dismenore primer. Dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi bisa menjadi salah satu alternatif pengobatan untuk mengatasi dismenore. Salah satu jenis minyak atsiri aromaterapi yang bisa digunakan yaitu aromaterapi *essential oils* geranium. Pemberian aromaterapi geranium dapat menurunkan derajat nyeri pada wanita yang mengalami dismenore. Saat menghirup aromaterapi geranium, molekul dalam minyak yang mudah menguap tersebut dibawa ke sel-sel reseptor di hidung. Ketika molekul tersebut menempel pada rambut hidung, maka terjadilah suatu pesan elektrokimia yang di transmisikan melalui saluran *olfactory* ke otak kemudian ke sistem limbik. Dimana akan merangsang hipotalamus untuk melepaskan hormon serotonin dan hormon endorfin yang menghasilkan perasa rileks dan tenang (Tourles, 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mayangsari (2017) tentang pengaruh pemberian aromaterapi geranium secara inhalasi terhadap penurunan derajat nyeri pada remaja putri yang sedang mengalami dismenore primer dengan menggunakan metode pendekatan *one group pre-test* dan *post-test* dan hasil penelitian *P value* 0,014, mengatakan bahwa pemberian aromaterapi geranium secara inhalasi dapat menurunkan derajat nyeri pada remaja putri yang sedang mengalami dismenore primer. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada 10 orang mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau dari angkatan A 2017 sampai A 2020 yang sudah mengalami menstruasi reguler, didapatkan hasil 90% selalu mengalami nyeri haid setiap bulannya dan 10% tidak mengalami nyeri haid. Saat ditanyakan intensitas nyeri yang dirasakan setiap nyeri haid, didapatkan hasil nyeri berat terkontrol 60%, nyeri sedang 20%, nyeri ringan 10% dan tidak nyeri 10%. Dari hasil ini dijelaskan bahwa kejadian dismenore pada mahasiswi di Fakultas Keperawatan Universitas Riau masih cukup tinggi. Kemudian, saat ditanyakan dampak terhadap fisik dan aktivitas sehari-hari, 40% mahasiswi mengalami nyeri disertai

mual dan muntah serta mengganggu aktivitas sehari-hari, 10% mengatakan tidak bisa bergerak karena nyeri dan butuh istirahat beberapa jam, 40% mengatakan hanya merasakan nyeri terkadang mengganggu aktivitas sehari-hari. Saat ditanyakan penanganan atau pencegahan untuk mengatasi nyeri, 50% mahasiswi mengatakan tidak melakukan apapun dan hanya istirahat, 20% mengatakan kadang mengonsumsi obat anti nyeri dan mengonsumsi jamu herbal jika ada waktu, dan 20% lagi mengatakan mengobati dengan obat oles dan meminum air hangat. Dalam hal ini melalui pemberian aromaterapi diharapkan dapat menjadi salah satu pengobatan alternatif yang efektif untuk dismenore, memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan reproduksi wanita serta meningkatkan pengetahuan mahasiswi tentang penanganan dismenore.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti “efektivitas pemberian aromaterapi geranium terhadap derajat nyeri haid (dismenore) pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau”.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis desain penelitian *quasy experiment* dengan rancangan *pre test and post test control group design*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah sampel yang anggota sampelnya dipilih secara sengaja atas dasar pengetahuan dan keyakinan peneliti. Peneliti percaya bahwa anggota sampel yang dipilihnya memenuhi kualifikasi yang dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah (Husna & Suryana, 2017). Dalam penelitian ini sampel yang diambil sebanyak 40 responden dan terbagi menjadi 20 responden kelompok eksperimen 20 responden kelompok kontrol, dengan kriteria inklusi yang merupakan karakteristik sampel yang dapat dijadikan atau memadai untuk diteliti

Alat pengumpul data yang digunakan yaitu lembar observasi dan kuesioner. Lembar observasi berupa karakteristik responden meliputi umur dan intensitas nyeri dismenore

dengan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. *Numeric Rating Scale* berfungsi untuk mengetahui intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan intervensi yaitu pemberian aromaterapi geranium.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Analisa univariat digunakan untuk mendapatkan gambaran tentang karakteristik responden penyebaran dan distribusi untuk variable umur dan intensitas nyeri haid sebelum dan sesudah diberi perlakuan kepada kelompok yang diberi intervensi menggunakan aromaterapi geranium. Analisis bivariat digunakan melihat pengaruh aromaterapi geranium terhadap dismenore, kelompok eksperimen sebelum dan sesudah perlakuan dan melihat perbandingan intensitas nyeri pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah tanpa perlakuan menggunakan uji *dependent sample t-test*. Sedangkan untuk melihat perbedaan intensitas nyeri dismenore kelompok eksperimen setelah diberikan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi dilakukan uji *independent sample t-test* dan pada penelitian ini didapatkan data posttest kelompok eksperimen dan kontrol adalah homogen.

## HASIL PENELITIAN

### Analisa Univariat

Tabel 1.

*Distribusi karakteristik responden*

Karakteristik	Kelompok eksperimen (n=20)		Kelompok kontrol (n=20)		Jumlah	
	n	%	n	%	N	%
<b>Umur</b>						
18 tahun	0	0	2	10	2	5
19 tahun	4	20	6	30	10	25
20 tahun	4	20	5	25	9	22,5
21 tahun	4	20	4	20	8	20
22 tahun	8	40	3	15	11	27,5

Berdasarkan tabel 1 di atas didapatkan bahwa dari 40 responden yang telah diteliti, distribusi responden berdasarkan umur yang paling banyak ialah 22 tahun dengan jumlah 11 orang responden (27,5%).

Tabel 2.

*Intensitas nyeri dismenore sebelum diberikan intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol*

Intensitas Nyeri Dismenore	Mean	SD	Min	Maks
Eksperimen	6,45	1,234	4	8
Kontrol	5,95	2,064	3	10

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui pada mean intensitas nyeri dismenore sebelum diberikan intervensi yaitu 6,45. Mean intensitas nyeri dismenore pada kelompok kontrol adalah 5,95. Standar deviasi pada kelompok eksperimen yaitu 1,234 dan pada kelompok kontrol 2,064. Nilai minimum pada kelompok eksperimen yaitu 4 dan pada kelompok kontrol yaitu 3, serta nilai maksimum yang terdapat pada kelompok eksperimen yaitu 8 dan pada kelompok kontrol yaitu 10.

Tabel 3.

*Intensitas nyeri dismenore sesudah diberikan intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol*

Intensitas Nyeri Dismenore	Mean	SD	Min	Maks
Eksperimen	4,20	1,542	1	7
Kontrol	5,50	1,850	2	8

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat pada mean intensitas nyeri dismenore sesudah diberikan intervensi yaitu 4,20. Mean intensitas nyeri dismenore pada kelompok kontrol adalah 5,50. Standari deviasi pada kelompok eksperimen yaitu 1,542 dan pada kelompok kontrol 1.850. Nilai minimum pada kelompok eksperimen yaitu 1 dan pada kelompok kontrol yaitu 2, serta nilai maksimum yang terdapat pada kelompok eksperimen yaitu 7 dan pada kelompok kontrol yaitu 8.

### Analisa Bivariat

Tabel 4.

*Intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok eksperimen.*

Kelompok Eksperimen	Mean	SD	P value
Pretest	6,45	1,234	0,000
Posttest	4,20	1,542	

Berdasarkan tabel 4 di atas, kelompok eksperimen yang dilakukan uji *t dependent* didapatkan hasil selisih mean intensitas nyeri dismenore *pre test* dan *post test* adalah 2,25 *point*. Hasil analisa data diperoleh *p value*

(0,000) <  $\alpha$  (0,05) maka  $H_0$  ditolak yang artinya ada perbedaan mean intensitas nyeri dismenore yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi geranium pada kelompok eksperimen.

Tabel 5.

*Intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok kontrol.*

Kelompok Eksperimen	Mean	SD	P value
Pretest	5,95	2,064	0,311
Posttest	5,50	1,850	

Berdasarkan tabel 5 di atas, kelompok kontrol yang dilakukan uji *t dependent* didapatkan hasil selisih mean intensitas nyeri dismenore *pre test* dan *post test* adalah 0,45 *point*. Hasil analisa data diperoleh *p value* (0,311) >  $\alpha$  (0,05)  $H_0$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan mean intensitas nyeri dismenore yang signifikan sebelum dan sesudah tanpa diberikan aromaterapi geranium pada kelompok kontrol.

Tabel 6.

*Perbandingan intensitas nyeri dismenore pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan intervensi.*

Kelompok	Mean	SD	P value
Eksperimen	4,20	1,542	0,021
Kontrol	5,50	1,850	

Berdasarkan tabel 6 di atas, dari uji *t independent* didapatkan hasil mean intensitas nyeri dismenore *post test* pada kelompok eksperimen adalah 4,20 sementara pada kelompok kontrol hasil mean intensitas nyeri dismenore *post test* adalah 5,50 dengan selisih intensitas nyeri dismenore yaitu 1,30 *point*. Hasil uji statistik diperoleh *p value* (0,021) <  $\alpha$  (0,05)  $H_0$  ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara mean intensitas nyeri dismenore kelompok eksperimen yang mendapatkan aromaterapi geranium dan kelompok kontrol tanpa diberikan aromaterapi geranium.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

#### Umur

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa responden berada pada rentang usia 18-22 tahun. Sebagian besar responden berada pada umur 22 tahun dengan persentase 27,5% (11 orang), umur 21 tahun dengan persentase 20% (8 orang), umur 20

tahun dengan persentase 22,5% (9 orang), umur 19 tahun dengan persentase 25% (10 orang), dan umur 18 tahun dengan persentase 5% (2 orang). Dismenore terjadi pada rentang usia 15-25 tahun dan direntang usia ini dismenore akan mencapai puncaknya (Andira, 2013). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ammar (2016) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur dengan kejadian dismenore pada wanita usia subur.

Menurut Potter & Perry (2013), salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri adalah umur. Umur mempengaruhi rasa sakit, khususnya pada anak-anak dan orang dewasa. Perbedaan perkembangan kelompok usia ini mempengaruhi cara anak-anak dan orang dewasa bereaksi terhadap rasa sakit. Anak-anak kesulitan memahami rasa sakit dan prosedur penyebabnya. Orang dewasa yang sudah berumur lebih besar kemungkinannya mengembangkan kondisi patologis disertai rasa sakit. Rasa nyeri berpotensi mengurangi mobilitas dan kegiatan sehari-hari (*activity daily living*), kegiatan sosial dan toleransi aktivitas.

## 2. Analisa Bivariat

### **Perbandingan intensitas nyeri dismenore sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi geranium pada kelompok eksperimen**

Mean intensitas nyeri saat *pre test* pada kelompok eksperimen adalah 6,45 dan mean intensitas nyeri pada *post test* adalah 4,20. selisih mean intensitas nyeri dismenore adalah 2,25 *point*. Hasil analisa data dengan menggunakan uji *t dependent* diperoleh *p value* (0,000) <  $\alpha$  (0,05) yang berarti  $H_0$  ditolak, artinya pemberian aromaterapi geranium efektif terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada kelompok eksperimen. Sesudah dilakukan pemberian intervensi aromaterapi geranium didapatkan bahwa intensitas nyeri dismenore pada kelompok eksperimen menurun. Peneliti berasumsi bahwa pada kelompok eksperimen terdapat penurunan intensitas nyeri yaitu nyeri berat terkontrol menjadi nyeri sedang dan nyeri sedang menjadi nyeri ringan, hal ini dikarenakan intervensi yang dilakukan pada kelompok eksperimen mempengaruhi respon fisiologis dan psikologis seperti

menghilangkan dan menurunkan nyeri (Tourles, 2018).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sajjadi et al (2018) mengenai pijat menggunakan aromaterapi geranium untuk menurunkan nyeri dismenore primer didapatkan hasil ada perbedaan yang signifikan dalam intensitas nyeri antara tiga kelompok segera setelah dan 24 jam setelah intervensi pada siklus menstruasi pertama dan kedua ( $P < 0/001$ ), selisih. Kesimpulannya pijat aromaterapi dengan geranium dapat digunakan sebagai metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri dismenore primer.

Hal ini juga didukung dengan penelitian Octaviani (2019) mengenai pengaruh aromaterapi jeruk terhadap intensitas nyeri dismenore pada remaja. Hasil akhir menunjukkan bahwa rata-rata skor nyeri dismenore mengalami penurunan dari skor 6,63 menjadi skor 5,23 pada kelompok intervensi. Dengan selisih rata-rata yaitu 1,40 *point*. Sedangkan rata-rata skor nyeri haid mengalami penurunan dari skor 6,63 menjadi skor 6,57 pada kelompok kontrol. Hasil uji *Mann Whitney* didapatkan *p-value* 0,001 ( $p < 0,05$ ). Pemberian aromaterapi jeruk efektif untuk menurunkan skor nyeri dismenore pada remaja dan dapat digunakan sebagai alternatif terapi nyeri dismenore. Perbedaan selisih rata-rata penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu 1,40 dan 2,25 *point*.

### **Perbandingan intensitas nyeri dismenore sebelum dan sesudah tanpa diberikan aromaterapi geranium pada kelompok kontrol**

Mean intensitas nyeri saat *pre test* pada kelompok kontrol adalah 5,95 dan mean intensitas nyeri pada *post test* adalah 5,50. Hasil analisa data dengan menggunakan uji *t dependent* diperoleh *p value* (0,311) >  $\alpha$  (0,05) yang berarti  $H_0$  diterima, artinya pemberian aromaterapi geranium tidak efektif terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada kelompok kontrol.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Gusma (2019) yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri dismenore pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah tanpa diberikan pijat *effleurage* menggunakan minyak aromaterapi lemon. Hal ini karena

pada kelompok kontrol tidak ada upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi intensitas nyeri.

### **Perbandingan intensitas nyeri dismenore pada kelompok eksperimen sesudah diberikan intervensi aromaterapi geranium dan pada kelompok kontrol sesudah tanpa diberikan**

Hasil uji *t independent* didapatkan mean intensitas nyeri pada kelompok eksperimen adalah 4,20 sedangkan pada kelompok kontrol hasil mean intensitas nyeri adalah 5,50. Hasil analisa diperoleh *p value* (0,021) <  $\alpha$  (0,05)  $H_0$  ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan distribusi intensitas nyeri dismenore yang diberikan intervensi aromaterapi geranium pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi aromaterapi geranium. Artinya, pemberian aromaterapi geranium efektif terhadap intensitas nyeri dismenore.

Setelah dilakukan pemberian aromaterapi geranium didapatkan bahwa intensitas nyeri dismenore mengalami penurunan pada kelompok kontrol. Aromaterapi geranium merangsang korteks adrenal dan bermanfaat untuk menjaga keseimbangan hormon (Tourles, 2018). Aromaterapi geranium juga dipercaya untuk mengurangi kekhawatiran, merangsang relaksasi, membantu dalam gejala menstruasi, anti radang dan menunjang drainase kelenjar getah bening yang sehat (Farrar & Farrar, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rafsanjani et al (2018) mengenai efek pijat aromaterapi geranium terhadap wanita yang mengalami sindrom pre menstrual didapatkan hasil bahwa pijat aromaterapi menurunkan gejala fisik dan mental PMS dan terapi pijat juga menurunkan gejala fisik dan mental PMS ( $P < 0,001$ ), dengan rata-rata penurunan 1,15 *point*. Kesimpulan dari penelitian ini merekomendasikan pijat aromaterapi sebagai pengobatan komplementer untuk PMS.

Pemberian aromaterapi geranium menjadi efektif terhadap penurunan nyeri dismenore. Hal ini dibuktikan berdasarkan responden yang mengalami penurunan nyeri setelah pemberian intervensi. Didapatkan hasil

pada saat *pre test* bahwa tidak ada responden yang tidak mengalami nyeri. Namun sesudah diberikan intervensi responden mengalami penurunan nyeri. Hasil uji statistik diperoleh bahwa intensitas nyeri dismenore sebelum diberikan intervensi yaitu 6,45 dan sesudah diberikan intervensi intensitas nyeri dismenore menjadi 4,20 penurunan nilai intensitas nyeri dismenore yaitu sebesar 2,25 *point*. Penurunan intensitas nyeri dismenore tersebut hampir sebanding dengan penelitian lainnya mengenai terapi non farmakologi untuk mengatasi dismenore.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Astari (2019) tentang efektivitas aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenore pada remaja putri didapatkan nilai *p value* (0,000) <  $\alpha$  (0,05), dengan rata-rata turun sebesar 2,31 *point*, yang artinya aromaterapi lemon (cytrus) efektif menurunkan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri.

### **SIMPULAN**

Hasil penelitian terhadap 40 mahasiswi keperawatan Universitas Riau diperoleh kesimpulan bahwa sebagian besar responden berada pada umur 22 tahun. Hasil mean intensitas nyeri dismenore sebelum diberikan intervensi yaitu 6,45. Mean intensitas nyeri dismenore pada kelompok kontrol adalah 5,95. Sedangkan hasil mean intensitas nyeri dismenore sesudah diberikan intervensi yaitu 4,20. Mean intensitas nyeri dismenore pada kelompok kontrol adalah 5,50. Hasil analisis uji statistik *dependent t-test* diperoleh kesimpulan bahwa ada perbedaan mean intensitas nyeri dismenore yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi geranium pada kelompok eksperimen (*p value* = 0,000). Pada uji statistik *independent t-test* diperoleh kesimpulan ada perbedaan yang bermakna antara mean intensitas nyeri dismenore kelompok eksperimen yang mendapatkan aromaterapi geranium dan kelompok kontrol tanpa diberikan aromaterapi geranium (*p value* = 0,021).

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada pihak institusi yang telah mewadahi penulis untuk menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih kepada dekan Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

Terima kasih kepada pembimbing yang telah memberikan saran dan bimbingan kepada penulis. Terima kasih kepada penguji yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan penelitian ini. Terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Terima kasih kepada keluarga, sahabat dan teman yang telah memberikan dukungan kepada penulis.

---

<sup>1</sup>**Mala Sasmita:** Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Indonesia

<sup>2</sup>**Oswati Hasanah, M.Kep., Sp.Kep.An:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Anak Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Indonesia

<sup>3</sup>**Ns. Yufitriana Amir, MSc., PhD., FISQua:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Anak Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Indonesia

---

#### DAFTAR PUSTAKA

Ammar, U. R. (2016). Faktor risiko dismenore primer pada wanita usia subur di kelurahan plosa kecamatan tambaksari surabaya. *Jurnal berkala epidemiologi*, 4(1), 37–49. Diperoleh 13 Juli 2021 dari <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i1.37-49>

Farrar, A. J., & Farrar, F. C. (2020). Clinical aromatherapy. *The Nursing Clinics of North America*. Diperoleh 25 Februari 2021 dari [ncbi.nlm.nih.gov](https://doi.org/10.1016/j.ncl.2020.02.001)

Febriati, I. D. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi prodi d iii kebidanan fakultas ilmu kesehatan universitas respati yogyakarta tahun 2015. *Jurnal medika respati issn: 1907 - 3887*, xi(2), 12–22. Diperoleh 25 Maret 2021 dari [medika.respati.ac.id](https://doi.org/10.24127/medika.v11i2.12-22)

Gusma, S. P. (2019). *Efektifitas pijat effleurage menggunakan minyak aromaterapi lemon terhadap dismenorea*. Diperoleh 2 Maret 2021 dari Jom Unri

Husna, A., & Suryana, B. (2017). *Metodologi penelitian dan statistik*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016).

Dismenore primer dan faktor risiko dismenore primer pada remaja. *Majority*, 5(3), 79–84. Diperoleh 25 Februari 2021 dari <http://juke.kedokteran.unila.ac.id>

Lee, M., Lee, H., Khalil, M., Lim, H., & Lim, H.-J. (2018). Aromatherapy for managing pain in primary dysmenorrhea: a systematic review of randomized placebo-controlled trials. *Journal of Clinical Medicine*, 7(11), 434. Diperoleh 07 Januari 2021 dari <https://doi.org/10.3390/jcm7110434>

Mayangsari, H. (2017). Pengaruh pemberian pemberian aromaterapi geranium terhadap penurunan derajat nyeri pada remaja putri yang sedang mengalami dysmenorrhea primer. *Universitas Brawijaya Knowledge Garden*. Diperoleh 03 Januari 2021 dari [repository.ub.ac.id](https://doi.org/10.24127/ub.ac.id)

Mouliza, N. (2020). Faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 545. Diperoleh 03 Januari 2021 dari <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.912>

Octaviani, D. A. (2019). Pengaruh pemberian aromaterapi jeruk (orange) terhadap skor nyeri dismenore pada remaja di semarang. *Jurnal kesehatan stikes telogorejo*, 9(2), 35–41. Diperoleh 13 Juli 2021 dari [ejournal.stikestelogorejo.ac.id](https://doi.org/10.24127/stikes.telogorejo.ac.id)

Novita, R. (2018). Hubungan status gizi dengan gangguan menstruasi pada remaja putri di SMA Al-Azhar Surabaya. *Amerta Nutrition*, 2(2), 172. Diperoleh 03 Januari 2021 dari <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.172-181>

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2013). *Fundamental of nursing* (8th ed.). Missouri: Elsevier.

Rafsanjani, S. M. L., Ravari, A., Ghorashi, Z., Haji-Maghsoudi, S., Akbarinasab, J., & Bekhradi, R. (2018). *Effects of geranium aromatherapy massage on premenstrual syndrome: a clinical trial*. Diperoleh 13 Juli 2021 dari [ncbi.nlm.nih.gov](https://doi.org/10.1016/j.ncl.2018.07.001)

Rufaida, Z., Lestari, S. W. P., & Sari, D. P. (2018). *Terapi komplementer*. Mojokerto: Stikes Majapahit Mojokerto.

- Sajjadi, M., Bahri, N., Mousa, Narjes, Abavisani, M., & Mahnaz. (2018). *Aromatherapy massage with geranium essence for pain reduction of primary dysmenorrhea: a double blind clinical trial*. Diperoleh 13 Juli 2021 dari [eprints.mums.ac.ir](http://eprints.mums.ac.ir)
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukarni, I., & Wahyu. (2013). *Buku ajar asuhan keperawatan maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Tourles, S. L. (2018). *Stephanie tourles's essential oils a beginner's guide*. North Adam's: Storey Publishing.
- Trisnawati, Y., & Mulyandari, A. (2020). Pengaruh latihan senam terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa kebidanan. *Gorontalo Journal of Public Health*. Diperoleh 03 Januari 2021 dari <http://jurnal.unigo.ac.id/>
- Wati, R. R. (2017). Hubungan tingkat aktivitas fisik dan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Bogor tahun 2017. *Repository UPN Veteran Jakarta*, 1–6. Diperoleh 15 Februari 2021 dari [repository.upnvj.ac.id](http://repository.upnvj.ac.id)