

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMENOIRE PRIMER PADA REMAJA
PUTRI DI SMA NEGERI 1 GODEAN**

INTISARI

Latar Belakang : Dismenore merupakan persoalan ginekologis yang sangat umum dialami wanita usia remaja maupun dewasa, situasi ini karena meningkatnya hormon prostaglandin akibat menurunnya hormon estrogen dan progesterone. Hal inilah yang menyebabkan otot-otot pada kandungan berkontraksi dan membuat rasa nyeri. Populasi dismenore di Indonesia sebanyak 64,25%, pada daerah sleman 52% pelajar sulit melakukan aktivitas sehari-hari secara optimal karena nyeri yang dialami.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean

Metode : Jenis penelitian ini adalah *Pre Eksperimen* dengan rancangan metode penelitian *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas 11 yang berjumlah 143 orang di SMA Negeri 1 Godean, pengambilan sampel menggunakan rumus *Slovin* sehingga didapatkan 21 orang responden, teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar ceklist NRS (*Numeric Rating Scale*). Analisis data menggunakan uji *Paired Sample t-test*.

Hasil : Hasil uji menunjukkan nilai *p-value* 0,000 ($<0,05$). Nilai rata-rata hasil *Pre Test* sebelum di berikan aromaterapi lavender adalah 6 (5,9) berada di rentang nilai (4-8), hasil *Post Test* setelah diberikan aromaterapi terdapat penurunan nyeri berada pada rata-rata 3(3,2) dengan rentang nilai (1-4).

Kesimpulan : ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri SMA Negeri 1 Godean.

Kata Kunci : *Aromaterapi, Lavender, Nyeri Dismenore, Aromaterapi Lavender*

**THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON REDUCE
PRIMARY DYSMENORRHEA IN ADOLESCENTS PRINCESS
AT GODEAN 1ST STATE HIGH SCHOOL**

ABSTRACT

Background : Dysmenorrhea is a very common gynecological problem experienced by women in their teens and adults, this situation is due to an increase in the hormone prostaglandin due to a decrease in the hormones estrogen and progesterone. This is what causes the muscles in the uterus to contract and cause pain. The population of dysmenorrhea in Indonesia is 64.25%, in the Sleman area 52% of students find it difficult to carry out their daily activities optimally because of the pain they experience.

Objective : To determine the effect of giving lavender aromatherapy to reducing primary dysmenorrhea pain in young women at SMA Negeri 1 Godean

Methods: This type of research is pre-experimental with a one group pretest-posttest research method design. The population in this study were 11th grade girls in SMA Negeri 1 Godean. Sampling used the Slovin formula to obtain 21 respondents. The sampling technique used was purposive sampling. The research instrument used the NRS (Numeric Rating Scale) checklist sheet. Data analysis used the Paired Sample t-test.

Results: The test results show a p-value of 0.000 (<0.05). The average value of the Pre Test results before being given lavender aromatherapy is 6 (5.9) in the range of values (4-8), post Test results after being given aromatherapy there is a decrease in pain which is on average 3 (3.2) with value range (1-4).

Conclusion: there is an effect of giving lavender aromatherapy to reducing primary dysmenorrhea pain in female adolescents at SMA Negeri 1 Godean.

Keywords: *Aromatherapy, Lavender, Dysmenorrhea Pain, Lavender Aromatherapy*