

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER (LAVANDULA) TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DI TPQ AN-NUR MENGUNGUNG CEPU

INTISARI

Hanifah Haning Sukma¹ Budi Rahayu²

Email: hanifahsukma12@gmail.com

Latar Belakang : Menstruasi merupakan tanda pubertas yang terjadi pada wanita, proses menstruasi merupakan proses peluruhan lapisan bagian dalam pada dinding rahim wanita. Pengobatan yang dilakukan bisa menggunakan pemberian aromaterapi lavender, pemberian aromaterapi lavender menggunakan Teknik inhalasi. Lavender merupakan bunga berwarna biru keunguan dengan aroma manis unik yang membantu anda lebih rileks saat menghirup wangi ini. Wewangian yang banyak digemari banyak orang adalah lavender, yang tidak hanya digemari, namun juga memiliki banyak manfaat jika dihirup.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan *Pre-Eksperimental* dengan rancangan *One-grup Pretest Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di TPQ An-Nur Menggung Cepu. Teknik pengambilan sampel menggunakan perhitungan rumus *slovin*. Analisis data menggunakan *Paired Samples Test*.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian yang didapatkan nyeri haid pada remaja putri sebelum dilakukan intervensi didapatkan hasil nyeri haid pada skala nyeri haid sedang dengan poin 4-6 skala nyeri, dan pada setelah diberikan intervensi skala nyeri haid sedang berkurang menjadi 3 remaja dengan presentasi 12,5%. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di TPQ An-Nur Menggung Cepu.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender (*Lavandula*) terhadap intensitas penurunan nyeri haid pada remaja putri di TPQ An-Nur Menggung Cepu.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Menstruasi, Nyeri Haid

¹Mahasiswa Universitas Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Universitas Jendral Achmat Yani Yogyakarta

**THE EFFECT OF ADMINISTRATION OF LAVENDER (LAVANDULA)
AROMATHERAPY ON REDUCING THE INTENSITY OF MENSTRUAL
PAIN IN ADOLESCENT WOMEN AT TPQ AN-NUUR
MENGUNG CEPU**

ABSTRACT

Hanifah Haning Sukma³ Budi Rahayu⁴
Email: hanifahsukma12@gmail.com

Background: Menstruation is a sign of puberty that occurs in women, the menstrual process is the process of shedding the inner lining of a woman's uterine wall. Treatment can be carried out using lavender aromatherapy, giving lavender aromatherapy using inhalation techniques. Lavender is a purplish blue flower with a unique sweet aroma that helps you relax when you inhale this fragrance. A fragrance that is popular with many people is lavender, which is not only popular, but also has many benefits when inhaled.

Research Objective: To determine the effect of giving lavender aromatherapy on reducing the intensity of menstrual pain in adolescents.

Research Method: This research used Pre-Experimental with a One-group Pretest Posttest design. The population in this study were young women at TPQ An-Nur Menggung Cepu. The sampling technique uses the Slovin formula calculation. Data analysis using Paired Samples Test.

Research Results: The research results showed that menstrual pain in young women before the intervention was carried out showed that menstrual pain was on a moderate menstrual pain scale with points 4-6 on the pain scale, and after the intervention was given the moderate menstrual pain scale decreased to 3 teenagers with a presentation of 12.5%. There is an effect of giving lavender aromatherapy on reducing menstrual pain in young women at TPQ An-Nur Menggung Cepu.

Conclusion: There is an effect of giving lavender aromatherapy (Lavandula) on the intensity of menstrual pain reduction in young women at TPQ An-Nur Menggung Cepu.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Menstruation, Menstrual Pain

³A Student of Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

⁴ A Lecturer of Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta