

# Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Skala Nyeri Haid

## Primer

*by* Ela Yulsilah

---

**Submission date:** 25-Aug-2025 02:10PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2734855793

**File name:** TURNITIN\_212207018.pdf (696.38K)

**Word count:** 6561

**Character count:** 40823

**PENGARUH AROMATERAPI LEMON TERHADAP SKALA  
NYERI HAID PRIMER PADA SISWI KELAS VIII  
DI SMPN 2 GAMPING**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**Ela Yulsilah**  
NPM. 212207018

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
TAHUN 2025**

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Tahap remaja adalah masa peralihan dari dunia anak-anak menuju kedewasaan, yang diiringi dengan berbagai bentuk perubahan pertumbuhan fisik, fase ini berkaitan erat dengan proses pubertas, yaitu periode penting dalam remaja yang menekankan perubahan biologis menuju kapasitas untuk berproduksi. Pada tahap ini, perempuan mulai melalui tahap ovulasi dan periode menstruasi. Berdasarkan data yang dirilis oleh *World Health Organization (WHO)*, perkiraan jumlah remaja mencapai 1,2 miliar orang, atau sekitar 18% dari total populasi dunia. Sementara itu, berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2018, presentase penduduk indonesia berusia 10-14 tahun tercatat sebesar 8,6% sedangkan kelompok usia 15-19 tahun sebesar 8,2% dan usia 20-24 tahun mencapai 8,0% (Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional 2018) dalam (Febriyanti et al., 2021).

Menstruasi diartikan sebagai proses fisiologis berupa keluarnya darah dari rahim melalui jalur reproduksi wanita organ reproduksi setiap bulan. Siklus menstruasi seharusnya teratur, dengan rentang waktu antara 21 hingga 35 hari, siklus menstruasi yang normal secara fisiologis menandakan kesehatan dan fungsi yang baik pada organ reproduksi (Juliana et al., 2019). Menurut *National Health and Nutrition Examination Survey*, rata-rata usia menarch pada perempuan di Indonesia yaitu rentang usia antara 9 hingga 14 tahun. Jika menarche terjadi lebih awal, organ reproduksi mungkin belum berkembang secara optimal, sehingga tubuh belum siap menghadapi perubahan yang terjadi dan dapat menimbulkan nyeri saat menstruasi. Usia menstruasi yang lebih dini yaitu dibawah 12 tahun, juga beresiko meningkatkan kemungkinan terjadinya dismenorea primer (Nainar et al., 2023).

Nyeri haid primer atau dismenore primer merupakan masalah yang sering dialami oleh hampir semua wanita usia reproduksi di seluruh dunia. Nyeri ini disebabkan oleh kram pada rahim saat menstruasi, nyeri haid diklasifikasikan

menjadi dua jenis nyeri, yaitu <sup>4</sup> primer dan sekunder. Dismenore primer ditandai dengan rasa nyeri haid yang tidak berhubungan dengan kelainan pada organ reproduksi, sedangkan nyeri haid sekunder terjadi akibat adanya kelainan atau penyakit tertentu dalam sistem reproduksi. Pada remaja putri, bentuk nyeri haid yang umum dirasakan adalah kekakuan dan keram di bagian bawah perut (Wulanda, 2020).

<sup>18</sup> Berdasarkan data dari *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2024 sebanyak 1.769.425 perempuan di seluruh dunia atau sekitar 90% mengalami nyeri haid berat. Sebuah penelitian di Indonesia mencatat bahwa prevalensi nyeri haid mencapai 64,22%, dengan rincian 54,89% mayoritas kasus nyeri haid primer, sementara 9,36% merupakan nyeri haid sekunder. Sekitar 60–75% remaja mengalami nyeri haid primer, di mana tiga perempat di antaranya merasakan nyeri ringan hingga sedang, sedangkan seperempat lainnya mengalami nyeri yang berat (Larasati, T.A. dan Atlas, 2016 dalam Kartika Puteri & Rokhanawati, 2024). Di Yogyakarta, data resmi mengenai prevalensi dismenore belum tersedia di Dinas Kesehatan Yogyakarta. Namun, sebuah penelitian yang dilaksanakan di salah satu SMP yang berlokasi di Bantul, Yogyakarta, menemukan bahwa 64,4% siswanya mengalami dismenorea dengan sebagian besar berusia 14 tahun (Sanday et al., 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan Sleman Yogyakarta, menunjukkan bahwa dari 72 responden sebanyak 51 orang atau sekitar 70,8% diketahui mengalami dismenore (Puteri & Rokhanawati, 2024)

<sup>6</sup> Peran bidan dalam mengatasi permasalahan ini dapat diwujudkan melalui berbagai tugas yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi remaja, antara lain memperkuat kegiatan promosi kesehatan atau pemberian edukasi mengenai reproduksi, serta meningkatkan intervensi bagi remaja yang menghadapi masalah tertentu, serta memberikan dukungan lebih terhadap aktivitas remaja yang bersifat positif (Kementerian Kesehatan, 2023).

Nyeri haid primer merupakan rasa sakit yang muncul di area perut bagian bawah sebelum atau saat menstruasi tanpa adanya gangguan atau kelainan pada

organ reproduksi. pada remaja putri nyeri haid primer ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti menstruasi di usia muda, minimnya aktivitas olahraga, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta kebiasaan makan yang tidak mendukung kesehatan, termasuk sering mengonsumsi junk food, Konsumsi alkohol, jika berlangsung terus-menerus, kondisi ini dapat merusak fungsi hati, sehingga produksi esterogen terhambat, akibatnya, kadar esterogen yang berlebih dalam tubuh dapat menyebabkan kerusakan pada area pelvis. Begitupula dengan merokok, yang dapat memperpanjang durasi menstruasi serta meningkatkan resiko nyeri haid. Makanan cepat saji juga merupakan pemicu utama dismenore primer akibat pola makan yang tidak seimbang. Misalnya, makanan tinggi kalori, lemak, dan gula tetapi rendah serat dapat berdampak negatif bagi kesehatan. Asam lemak yang terkandung dalam makanan cepat saji berkemungkinan mengganggu metabolisme hormon progesteron pada fase luteal siklus menstruasi, sehingga meningkatkan kadar prostaglandin dan memicu timbulnya nyeri haid (Nanda et al., 2024).

Nyeri haid primer pada remaja putri dapat menimbulkan dampak seperti ketidaknyamanan, menurunnya aktivitas, menurunnya konsentrasi belajar, gangguan pola tidur dan nafsu makan, ketinggalan pelajaran, serta hambatan dalam interaksi sosial. Selain itu, kondisi ini juga dapat mengurangi kemampuan berkonsentrasi dalam belajar dan bekerja, rasa nyeri yang timbul berpengaruh terhadap keadaan emosional, sehingga membatasi aktivitas sehari-hari, terutama dalam kegiatan belajar di sekolah (Meinika & Andriani, 2022).

Nyeri haid dapat diatasi dengan dua pendekatan, yaitu metode farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis melibatkan pemakaian obat-obatan untuk meredakan nyeri menstruasi, seperti analgesik dari kelompok antiinflamasi nonsteroid (NSAID), termasuk parasetamol atau asetaminofen (contohnya sumagesic, panadol), ibuprofen (seperti ribunal dan ostran), serta jenis analgesik lainnya. Di sisi lain, terapi nonfarmakologis dianggap lebih aman karena tidak menimbulkan efek samping, misalnya dengan menggunakan kompres hangat atau mandi air hangat, pijat, olahraga, tidur yang cukup, hipnoterapi, distraksi dengan

menggunakan musik, serta bisa juga dengan menggunakan aromaterapi seperti lemon, lavender, peppermint (Puspita, 2019 dalam Helmia, 2021).

Aromaterapi adalah jenis terapi komplementer yang memanfaatkan ekstrak tumbuhan cair yang memiliki sifat mudah menguap, yang diketahui sebagai minyak esensial, bersama dengan senyawa aromatik lainnya yang mampu memberikan pengaruh pada kondisi emosional, psikologis, fungsi kognitif, dan kesehatan seseorang. Terapi ini merupakan bagian dari pengobatan terapeutik yaitu metode penyembuhan alami yang mengedepankan pendekatan holistic dan menjaga keseimbangan energi tubuh. Pendekatan ini lebih mengutamakan penggunaan bahan-bahan alami dalam proses penyembuhan, menghindari obat-obatan sintesis, serta berupaya meminimalkan tindakan pembedahan (Febriyanti et al., 2021). Aroma lemon dalam aromaterapi dapat digunakan untuk meredakan nyeri, Minyak aromaterapi lemon terdiri dari limonene sebanyak 66-80%, geranil asetat, netrol, terpinena 6-14% dan mirsen. Limonena adalah komponen kimia utama buah jeruk, yang menghambat aktivitas prostaglandin, sehingga membantu mengurangi rasa sakit. Prostaglandin sendiri berfungsi dalam meningkatkan tonus otot, memicu kontraksi otot rahim, serta menyebabkan vasopresi pembuluh darah rahim, yang memengaruhi kontraksi otot polos serta mengatur aktifitas hormon (Febriyanti et al., 2021).

Berdasarkan penelitian awal yang dilakukan pada 26 Februari 2025 terhadap 15 siswi kelas VIII di SMPN 2 Gamping, melalui pengisian lembar kusioner didapatkan data siswa yang mengalami nyeri haid sebanyak 15 (100%) siswa dengan prevalensi kejadian 11 (73.33 %) siswa mengalami nyeri ringan, 4 (26,67%) mengalami nyeri sedang. Adapun upaya penanganan untuk mengatasi dismenore, didapatkan beberapa cara penanganan dismenore siswa SMPN 2 Gamping mengalami dismenore yaitu, membiarkan nyeri hilang dengan sendirinya sehingga mengalami penurunan produktivitas seperti, kesulitan berkonsentrasi saat belajar dan menurunnya motivasi belajar. Dilihat dari kejadian dismenore yang masih tinggi pada siswa yang dapat menurunkan produktivitas kegiatan sehari-hari maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh penggunaan

aromaterapi lemon terhadap skala nyeri haid primer pada remaja putri di SMPN 2 Gamping.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, sehingga peneliti membuat rumusan permasalahan yaitu “Bagaimanakah pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap nyeri haid primer”?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi apakah terdapat pengaruh aromaterapi lemon terhadap nyeri haid primer pada siswi di SMPN 2 Gamping.

#### 2. Tujuan khusus

- A. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, lama haid, siklus haid, dan riwayat keluarga pada siswi di SMPN 2 Gamping.
- B. Mengetahui skala nyeri haid primer sebelum diberikan aromaterapi lemon pada siswi SMPN 2 Gamping.
- C. Mengatahui skala nyeri haid primer setelah diberikan aromaterapi lemon pada siswi SMPN 2 Gamping.
- D. Menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap nyeri haid primer pada siswi di SMPN 2 Gamping.

### **E. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi mengenai pengaruh aromaterapi lemon dalam meredakan nyeri haid primer pada siswi.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Siswi SMPN 2 Gamping

Melalui penelitian ini, disarankan siswi memiliki solusi alternatif dalam meredakan nyeri haid primer, yakni dengan penggunaan aromaterapi lemon.

##### b. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dan pengalaman dalam menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama masa studi, serta sebagai salah satu syarat kelulusan.

<sup>15</sup> Khususnya, untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lemon terhadap nyeri haid primer yang dapat digunakan sebagai sumber data penelitian.

c. Bagi pengelola SMPN 2 Gamping

<sup>68</sup> Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pihak pengelola SMPN 2 Gamping untuk menyediakan aromaterapi lemon di ruang UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) sebagai fasilitas bagi siswi yang mengalami nyeri haid primer.

d. Bagi orang tua siswi SMPN 2 Gamping

Penelitian ini dapat membantu memotivasi para orang tua untuk menyediakan aromaterapi lemon sebagai salah satu cara meredakan nyeri haid primer pada anak mereka.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

F. Keaslian Penelitian  
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1	Febriyanti, V., Putri, V. S., & Yanti, R. D. (2021)	Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) Terhadap Skala Nyeri Dismenorea Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Baiturrahman Jambi	Pre-eksperimen Desain: One group pre-test post-test Jumlah: 20 responden	Sebelum: Rata-rata nyeri 4,45 Setelah: Rata-rata nyeri 3,25 p = 0,000 (signifikan)	Tanpa kelompok kontrol hanya mengukur perubahan dalam satu kelompok dilakukan di rumah masing-masing responden	Sama-sama menggunakan aromaterapi lemon untuk mengurangi nyeri, konstruksi dan menggunakan skala nyeri, numerik (NRS) untuk pengukuran
2	Kasnanah, D. S. (2020)	Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	Kuantitatif – Eksperimen	Aromaterapi lemon efektif menurunkan nyeri dismenore ringan hingga berat berdasarkan analisis hierarkhi	Subjek adalah remaja putri umum, bukan mahasiswa, instansi berbeda	Meneliti pengaruh aromaterapi lemon terhadap dismenore
3	Sari, D. P., & Kurniawati, I. (2025) Stikes Baryuwangi	Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) Pada Siswa Remaja SMP Al-Fayyad Baryuwangi	Quasi-eksperimen Pre-test post-test with control group 34 siswa, 17 intervensi, 17 kontrol	Intervensi: nyeri menurun dari 5,06 menjadi 0,94 Kontrol: nyeri meningkat dari 2,82 menjadi 3,00 p = 0,000 (signifikan)	Menggunakan kelompok kontrol, frekuensi intervensi lebih intens (2x sehari selama 3 hari), pengukuran lebih lengkap dibanding dua penelitian lainnya	Sama-sama menunjukkan bahwa aromaterapi lemon menurunkan nyeri haid, menggunakan metode numerik, dan menyerupai perempuan usia remaja atau mahasiswa

## METODE PENELITIAN

## A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kuantitatif, yaitu jenis penelitian ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk memahami bagian-bagian fenomena serta hubungan sebab akibat di antara variabelnya (Abdullah et al., 2022). Dengan menggunakan desain pre-eksperimen, yaitu merupakan pendekatan yang bertujuan untuk mengetahui hubungan kasual antara variabel (A. D. Putri et al., 2023). Penelitian ini menggunakan model one-group pre-test post-test, dengan tujuan untuk mengevaluasi pengaruh aromaterapi lemon terhadap intensitas nyeri haid primer melalui pengukuran nyeri sebelum dan setelah intervensi diberikan.

Kelompok Eksperimen O1 → X → O2

Keterangan :

X : pemberian Aromaterapi Lemon

O1 : Pengukuran sebelum diberikan aromaterapi lemon

O2 : Pengukuran sesudah diberikan aromaterapi lemon

## B. Lokasi dan Waktu Kegiatan

## 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMP Negeri 2 Gamping, Jl. Jambon, Biru, Trihanggo, Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

## 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini direncanakan untuk dilaksanakan pada bulan Juni hingga Juli 2025.

### C. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi dapat dipahami sebagai keseluruhan kelompok atau area generasi yang terdiri dari subjek maupun objek dengan jumlah dan ciri tertentu, sesuai dengan kriteria penelitian. Dengan begitu, populasi tidak hanya terbatas pada manusia, tetapi juga mencakup objek serta elemen-elemen lain di alam. Istilah ini menekankan tidak hanya jumlah, tetapi juga semua karakteristik yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut (Sugiyono, 2020). Sampel penelitian mencakup siswi kelas VIII di SMP Negeri 2 Gamping, terdiri dari enam kelas: A sebanyak 16 siswi, B, C, D, dan E masing-masing 15 siswi, serta F 14 siswi, semuanya telah mengalami menstruasi, sehingga jumlah totalnya 90 siswi

#### 2. Sampel

Sampel merujuk pada subset dari populasi yang dipilih untuk dianalisis dalam penelitian karakteristiknya. Dalam suatu penelitian, sampel yang akan digunakan sebaiknya mampu mempresentasikan populasi secara keseluruhan, hasil perhitungan yang diperoleh dari sampel disebut sebagai statistik (Saputro & Pradana, 2022). Penelitian ini melibatkan 20 responden. Teknik purposive sampling digunakan untuk menentukan sampel, yaitu dengan memilih peserta yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan oleh peneliti.

##### a. Kriteria inklusi dalam penelitian ini ialah:

- 1) Siswi yang mengalami nyeri haid primer
- 2) Siswi yang tidak menggunakan obat jenis analgesik
- 3) Bersedia menjalani prosedur penelitian
- 4) Bersedia menjadi responden penelitian

##### b. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini ialah :

- 1) Siswi yang mempunyai penyakit ginekologi kista dan endometriosis
- 2) Siswa yang tidak suka atau alergi dengan aromaterapi lemon

Sampel dalam studi ini adalah siswi kelas VIII di SMP Negeri 2 Gamping yang dipilih menggunakan purposive sampling, yakni pemilihan peserta berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Pengambilan sampel ini dapat ditentukan dengan menggunakan rumus dari slovin. Menurut Yamane dan Slovin, jika total populasi (N) sudah ditentukan, maka penentuan jumlah sampel dapat dihitung menggunakan rumus berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

$$n = \frac{90}{1 + 90 (0,2)^2}$$

$$n = \frac{90}{1 + 90 (0,04)}$$

$$n = \frac{90}{1 + 3,6}$$

$$n = \frac{90}{4,6}$$

$n = 19,56$  dibulatkan menjadi 20

Keterangan:

$n$  : Jumlah sampel yang akan ditentukan

$N$  : Jumlah populasi

$e$  : Margin kesalahan yang ditoleransi

- o  $e = 0,1$  (10%) digunakan untuk populasi yang besar
- o  $e = 0,2$  (20%) digunakan untuk populasi yang kecil

#### D. Variabel Penelitian

##### 1. Variabel Independen (Bebas)

Variabel independen, yang dalam istilah lain disebut sebagai stimulus, prediktor, atau antecedent, adalah variabel yang dalam bahasa Indonesia

dikenal sebagai variabel bebas. Variabel ini berfungsi sebagai elemen yang mempengaruhi atau menjadi alasan terjadinya perubahan pada Variabel lainnya adalah variabel dependen atau variabel terikat, yang berarti variabel ini dipengaruhi oleh variabel bebas unsur yang sengaja diatur atau dimodifikasi dalam suatu penelitian untuk mengetahui dampaknya terhadap variabel diamati (Sugiyono, 2020). Variabel bebas dalam penelitian ini ialah pemberian aroma terapi lemon.

## 2. Variabel Dependen (Terikat)

Variabel dependen, yang juga disebut variabel keluaran atau kriteria, dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai variabel terkait. Nilai variabel ini bergantung pada keberadaan dan perubahan yang terjadi pada variabel independen (variabel bebas). Dengan kata lain, variabel terkait merupakan hasil atau dampak dari perlakuan terhadap variabel bebas (Sugiyono, 2020). Variable terikat dalam penelitian ini yaitu pengurangan nyeri haid.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

### E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala data	Hasil Ukur
1.	Aromaterapi Lemon	Pemberian aromaterapi lemon dengan cara di teteskan 3 tetes minyak esensial ke atas tisu, kemudian dihirup selama 10 menit, diberikan 3 kali sehari yaitu pagi, siang, malam saat mengalami nyeri haid selama 3 hari.	Lembar SOP	Nominal	1. Sebelum diberikan aromaterapi lemon 2. Sesudah diberikan aromaterapi lemon
2.	Nyeri Haid	Skala nyeri yang dirasakan responden pada saat mengalami menstruasi	Kusioner Skala NRS	Rasio	1. Tidak Nyeri (0) 2. Nyeri Ringan (1-3) 3. Nyeri Sedang (4-6) 4. Nyeri Berat (7-9) 5. Nyeri Sangat Berat (10) (Helmia, 2021)

61

### F. Alat dan Metode Pengumpulan Data

#### 1. Alat

kajian ini memanfaatkan kusioner melalui metode pengukuran nyeri melalui *numeric rating scale* (NRS), yaitu alat ukur berupa garis skala 1 hingga 10 yang menunjukkan tingkat intensitas nyeri. Dalam pelaksanaannya, responden diminta untuk memilih titik pada skala tersebut yang paling menggambarkan tingkat nyeri yang mereka rasakan saat pengukuran dilakukan. Aromaterapi lavender digunakan sebagai intervensi dalam penelitian ini, dimana sebanyak 3 tetes diberikan pada tisu dan dihirup oleh responden selama 10 menit ketika mereka mengalami nyeri dismenore.

#### 2. Metode Pengumpulan Data

Dalam metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan data primer sebagai sumber informasi menurut (Sugiyono, 2020). Data primer adalah data yang dikumpulkan langsung dari sumbernya oleh peneliti. Pada penelitian ini, pengumpulan data primer dilakukan secara langsung dari partisipan melalui pengisian lembar identitas dan lembar NRS (*Numeric Rating Scale*) yang dilakukan, dengan tiga pendekatan yang digunakan yaitu :

a. Tahap awal (*pre-test*)

Pada tahap ini, kelompok remaja yang mengalami nyeri haid primer akan diberikan *pre-test* menggunakan instrumen observasi NRS (*Numeric Rating Scale*) guna mengukur Tingkat nyeri sebelum diberikan intrvensi.

b. Tahap Intervensi

Remaja yang mengalami nyeri haid primer akan diberikan intervensi berupa pemberian aromaterapi lemon dengan cara meneteskan aromaterapi ke atas tisu sebanyak 3 tetes dan dihirup selama kurang lebih 10 menit, dilakukan sebanyak tiga kali sehari, selama 3 hari.

c. Tahap Akhir (*post test*)

Setelah intervensi pada hari ke-4 dilakukan pengukuran tingkat nyeri haid primer pada kelompok remaja, dan akan dievaluasi menggunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*). Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh aromaterapi lemon dalam meredakan nyeri haid primer pada remaja putri.

## G. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian, yakni :

### 1. Tahap persiapan

- a. Menentukan serta menyusun permasalahan yang akan diteliti.
- b. Mengajukan topik atau judul penelitian dan melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing.
- c. Menyiapkan dan mengurus surat permohonan izin studi pendahuluan dengan nomor referensi KTI/049/Keb-S1/11/2025

- d. Mengajukan berbagai sumber seperti data, artikel, dan jurnal sebagai acuan dalam penyusunan proposal skripsi serta melakukan studi pendahuluan di SMPN 2 Gamping.
  - e. Menyusun draf proposal skripsi dan berkonsultasi dengan dosen pembimbing
  - f. Membuat dan mengajukan surat permohonan izin untuk mengikuti ujian proposal kepada program studi kebidanan, setelah mendapatkan persetujuan dari koordinator skripsi dan dosen pembimbing.
  - g. Menjalani ujian proposal skripsi yang sudah di jadwalkan.
  - h. Melakukan perbaikan terhadap proposal berdasarkan saran dari dosen pembimbing dan penguji, hingga memperoleh persetujuan akhir.
  - i. Mengajukan dan mendapatkan surat kelayakan etik dan komite penelitian.
  - j. Mengurus serta memperoleh surat izin pelaksanaan penelitian dari pihak terkait.
1. Tahap Pelaksanaan
- Peneliti melakuakn penelitian di SMPN 2 Gamping
- a. Peneliti mengunjungi SMPN 2 Gamping dan memberikan surat studi pendahuluan ke sekolah, dengan nomor surat KTI/049/Keb-S1/II/2025
  - b. Setelah disetujui untuk melaksanakan studi pendahuluan, peneliti mengajukan permohonan izin kepada pihak pengelola untuk melakukan pengambilan data yang akan digunakan dalam proses penelitian
  - c. Peneliti melakukan pengambilan data pada siswi kelas VIII sesuai dengan petunjuk dari pihak pengelola, proses pengambilan data dibantu oleh satu pendamping peneliti yang berasal dari program Studi Kebidanan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
  - d. Peneliti dan pendamping akan melakukan pengambilan data pada tanggal 17 juni 2025 di jam istirahat dengan memasuki ruangan kelas

- menggunakan lembar skrining yang bertujuan untuk mengetahui kriteria yang akan digunakan dalam proses penelitian
- e. Siswi yang sedang menstruasi dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, dan di kumpulkan di ruang kelas, UKS dan mushola (terbagi menjadi 3 tahap dalam waktu yang berbeda)
  - f. Setelah menentukan responden, peneliti menjelaskan tujuan dan maksud dari penelitian.
  - g. Calon responden ditanyakan kesediaanya, dan jika bersedia, mereka diminta mendatangi lembar persetujuan (*informed consent*) yang telah disiapkan secara ikhlas tanpa paksaan
  - h. Responden diminta menyebutkan tingkat nyeri yang dirasakan dengan menggunakan skala *Numeric Rating Scale* sebagai penilaian awal sebelum intervensi (*pretest*).
  - i. Peneliti memberikan intervensi berupa aromaterapi lemon sebanyak 3 tetes ke atas tisu, kemudian responden menghirup aroma dari aromaterapi selama kurang lebih 10 menit. Diberikan selama 3 hari pada siang, sore dan malam hari.
  - j. Setelah intervensi di hari ke-4, responden kembali diminta menyebutkan tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* sebagai penilaian akhir (*posttest*).
  - k. Setelah seluruh data terkumpul, data dianalisis lebih lanjut.
2. Penyusunan Pelaporan
- a. Melakukan proses terhadap data yang telah terkumpul, seperti *editing, coding, scoring, cleaning, tabulating*.
  - b. Menyusun bab IV dan V yang mencakup hasil pembahasan, Kesimpulan, dan saran.
  - c. Berkonsultasi dengan pembimbing.
  - d. Mengajukan surat permohonan izin untuk pelaksanaan ujian hasil.
  - e. Mengikuti ujian hasil sebagai proses evaluasi penelitian.
  - f. Melakukan perbaikan laporan sesuai masukan dan saran dari penguji.

## H. Metode Pengolahan Data dan Analisa Data

### 1) Metode Pengumpulan Data

Mengolah data merupakan langkah yang sangat krusial dalam sebuah penelitian, sehingga proses ini harus dilakukan dengan benar dan tepat. Data yang telah dikumpulkan kemudian diproses menggunakan sistem komputer dengan langkah-langkah berikut:

#### a. Editing

*Editing* merupakan proses pemeriksaan terhadap isi kusioner untuk memastikan bahwa semua bagian telah diisi secara lengkap, jawaban dari responden jelas, sesuai dengan pertanyaan yang diajukan, serta konsisten satu sama lain (Abdullah et al., 2022). Pada tahap editing peneliti akan meninjau, memperbaiki dan menyempurnakan data agar valid, lengkap, konsisten dan siap untuk dianalisis.

#### b. Coding

*Coding* adalah proses mengubah data yang berbentuk teks menjadi data numerik, (Abdullah et al., 2022). Pada tahap coding peneliti akan mengubah rancangan system atau algoritma menjadi kode program, tujuannya untuk membangun aplikasi atau system nyata untuk diuji dan dianalisis kegiatan utama meliputi penulisan kode, implementasi algoritme dan pengujian awal.

#### 1) Perlakuan pemberian aromaterapi

- a) Sebelum diberikan aromaterapi lemon : 1
- b) Sesudah diberikan aromaterapi lemon : 2

#### 2) Lama menstruasi

- a) < 3 hari : 1
- b) 3-7 hari : 2
- c) > 7 hari : 3

#### 3) Siklus menstruasi

- a) < 28 hari : 1
- b) 28-35 hari : 2

c) > 35 hari : 3

4) Riwayat keluarga

a) Ada : 1

b) Tidak ada : 2

5) Skala Nyeri

a. Tidak Nyeri (0) : 1

b. Nyeri Ringan (1-3) : 2

c. Nyeri Sedang (4-6) : 3

d. Nyeri Berat (7-9) : 4

e. Nyeri Sangat Berat (10) : 5

c. *Scoring*

*Scoring* merupakan proses pemberian nilai atau skor terhadap data (seperti jawaban responden dalam kusioner) berdasarkan kriteria atau pedoman tertentu, untuk mempermudah analisis dan interpretasi hasil penelitian (Abdullah et al., 2022).

d. *Cleaning*

*Cleaning* merupakan proses pengecekan ulang data yang telah dientri untuk memastikan tidak terdapat kesalahan (Abdullah et al., 2022). Pada tahap *cleaning* ini peneliti akan membersihkan data dari kesalahan, duplikasi, data hilang, dan outlier agar siap dianalisis secara akurat.

e. *Tabulating*

Tahap *tabulasi* adalah proses pengolahan data dengan cara menyusun secara sistematis agar lebih mudah dihitung, disusun, dianalisis, dan disajikan.

6) **Analisa Data**

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan secara terpisah untuk setiap variabel dan umumnya menghasilkan statistik deskriptif, dalam konteks ini, analisis univariat digunakan untuk mengetahui gambaran statistik mengenai tingkat

<sup>10</sup> nyeri haid primer pada siswi sebelum dan sesudah pemberian intervensi (Abdullah et al., 2022).

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Ket:

P : Besaran Presentasi

F : Ferkuensi Responden

N : Jumlah Seluruh Responden

100 % : Bilangan Tetap

#### b. Analisis Bivariate

<sup>15</sup> Sebelum menganalisis pengaruh aromaterapi lemon terhadap tingkat nyeri haid primer pada kelompok yang sama, dilakukan terlebih dahulu analisis statistik menggunakan SPSS versi 25 dengan menerapkan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk untuk menentukan apakah data terdistribusi secara normal. Uji ini dipilih karena jumlah sampel kurang dari 50, kriteria pengujian menyatakan bahwa data dianggap normal jika nilai probabilitas (p-Value) lebih besar dari Tingkat signifikan ( $\alpha = 5\%$  atau 0,05). Jika data berdistribusi normal, maka digunakan uji t berpasangan (*paired t-test*), namun jika tidak normal, analisis dilakukan menggunakan *Wilcoxon Singed Rang Tes*. Uji Wilcoxon merupakan alternatif dari uji t berpasangan ketika data tidak memenuhi asumsi normalitas, dan dikenal juga dengan istilah *Wilcoxon Match Pair Test*. Uji ini digunakan untuk menilai perbedaan antara dua data yang saling berpasangan dan hanya diterapkan pada data bertipe interval dan rasio yang tidak mengikuti distribusi normal (Sugiyono, 2020)

#### <sup>2</sup> I. Etika Penelitian

Etika penelitian kesehatan merupakan pedoman yang harus dipatuhi oleh peneliti pada semua tahap penelitian, terutama karena subjek yang terlibat adalah manusia secara langsung. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Jenderal

Achmad Yani Yogyakarta pada 17 Februari 2025 dengan nomor surat EC/031/KEB-S1/II/2025. Penerapan prinsip etika dalam penelitian ini meliputi :

1. Persetujuan setelah pemberian informasi (*informed consent*)

<sup>79</sup>*Informed consent* adalah persetujuan dari responden yang diberikan setelah mereka memperoleh penjelasan secara komprehensif mengenai tujuan dan definisi penelitian dari peneliti. Responden yang menyatakan kesediaan menjadi partisipan akan diminta untuk menandatangani formulir persetujuan tersebut.

2. Prinsip Keadilan (*Justice*)

Keadilan dalam penelitian berarti perlakuan yang setara kepada seluruh responden tanpa adanya deskriminasi, karena setiap individu memiliki hak yang sama. Dengan demikian peneliti memilih secara acak dari jumlah populasi yang telah di skrining, dan memilih populasi yang telah memenuhi kriteria.

3. Menjaga Kerahasiaan Data (*confidentiality*)

Peneliti wajib menjaga kerahasiaan informasi pribadi responden dalam hasil penelitian. Dalam laporan, peneliti hanya mencantumkan inisial nama responden demi menjaga privasi.

PERPUSTAKAAN  
JENDERAL ACHMAD YANI  
UNIVERSITAS YOGYAKARTA

## 2 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Gamping, sebuah Sekolah Menengah Pertama yang beralamat di Jl. Jambon, Biru, Trihanggo, Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. SMPN 2 Gamping merupakan salah satu sekolah menengah pertama negeri yang berada di bawah naungan Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman. Sekolah ini memiliki lingkungan yang luas dan nyaman, serta didukung dengan fasilitas dan sarana yang mendukung kelancaran proses pembelajaran. Fasilitas yang tersedia antara lain ruang kelas yang layak, perpustakaan dengan koleksi buku yang beragam, ruang guru, ruang Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), kantin, ruang serba guna untuk berbagai aktivitas, serta lapangan olahraga yang luas, ketersediaan fasilitas tersebut membantu siswa dalam mengembangkan potensi mereka, baik di bidang akademik maupun non-akademik.

Pemilihan SMP Negeri 2 Gamping sebagai lokasi penelitian didasarkan pada kesesuaian karakteristik responden dengan tujuan studi, yakni remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan aromaterapi lemon untuk mengurangi nyeri haid primer pada remaja putri di sekolah tersebut. Dengan melibatkan siswa dari sekolah yang memiliki kualitas unggul, diharapkan data yang diperoleh dapat mencerminkan kondisi yang representative mengenai efek penggunaan aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri haid primer pada remaja.

#### 2. Hasil Penelitian

##### a. Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan sebanyak 20 siswi kelas VIII SMP sebagai responden. Karakteristik dari para responden mencakup aspek usia, kelas, durasi menstruasi, siklus menstruasi, serta riwayat keluarga.

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presen (%)
<b>Usia</b>		
13 Tahun	1	5.0
14 Tahun	12	60.0
15 Tahun	7	35.0
Total	20	100.0
<b>Lama Haid</b>		
3-7 hari	18	90.0
>7 hari	2	10.0
Total	20	100.0
<b>Siklus Haid</b>		
<28 hari	1	5.0
28-35 hari	16	80.0
>35 hari	3	15.0
Total	20	100.0
<b>Riwayat Keluarga</b>		
Ya	8	40.0
Tidak	12	60.0
Total	20	100.0

Sumber Data: Primer 2025

Berdasarkan Table 4.1 pada hasil karakteristik usia mayoritas berusia 14 tahun 12 (60%) responden, minoritas 13 tahun sebanyak 1 responden (5.0%). Karakteristik lama haid mayoritas 3-7 hari yaitu 18 responden (90.0%). Pada siklus haid mayoritas siklus normal 28-35 16 responden (80%) dan minoritas kurang dari 28 hari sebanyak 1 responden (5%). Pada Riwayat keluarga minoritas tidak ada riwayat 12 responden (60%) dan yang memiliki Riwayat nyeri haid sebanyak 8 responden (40%).

- b. Skala nyeri Haid Primer sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon

Tabel 4.2 Skala nyeri haid primer sebelum intervensi aromaterapi lemon

Intensitas Nyeri	Frekuensi (f)	Persen (%)	Mean
Nyeri Ringan	4	20.0	4.85
Nyeri Sedang	11	55.0	
Nyeri Berat	5	25.0	
Total	20	100.0	

Sumber Data: primer 2025

Berdasarkan tabel 4.2 rata-rata hasil skala nyeri sebelum intervensi menunjukkan 4.85, mayoritas mengalami nyeri sedang 11 responden (55%) sebelum diberikan aromaterapi lemon, dan minoritas 4 responden (20%) yang mengalami nyeri ringan, dengan rata-rata nyeri adalah 4.85.

- c. Skala Nyeri haid Primer setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon

**Tabel 4.3 Skala nyeri dismonere primer setelah intervensi aromaterapi lemon**

Intensitas Nyeri	Frekuensi (f)	Persen (%)	Mean
Tidak Nyeri	12	60.0	0,70
Nyeri Ringan	8	40.0	
Total	20	100.0	

Sumber Data: primer 2025

Berdasarkan pada tabel 4.3 rata-rata hasil skala nyeri setelah intervensi didapatkan hasil 0.70, mayoritas tidak nyeri sebanyak 12 responden (60%), dengan dan minoritas nyeri ringan sebanyak 8 responden (40%).

3. Tujuan Umum

1. Uji Normalitas Data

**Tabel 4.4 Hasil uji normalitas data**

Variabel	Sig	Keterangan
Perrtest	.001	Tidak Normal
Posttest	.000	Tidak Normal

Sumber Data: primer 2025

Berdasarkan hasil uji, diperoleh nilai signifikansi *pretest* yaitu 0,001 dan *posttest* 0,000. Karena nilai signifikansi pada kedua variabel berada di bawah 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data pada variabel *pretest* dan *posttest* tidak memenuhi asumsi normalitas.

Karena data tidak berdistribusi normal, maka analisis statistik yang digunakan selanjutnya yaitu menggunakan uji non-parametrik seperti *Wilcoxon Signed Rank Test*.

## 2. Uji wilcoxon

Tabel 4.5 Hasil uji wilcoxon

Intervensi Aromaterapi Lemon	N	Mean	SD	Min	Max	Z	p-value
Pretest	20	4.85	1.872	1	8		
Posttest	20	0.79	.979	0	3	-3.990	0.000

Sumber data : Primer 2025

Berdasarkan table 4.5 pada hasil uji rata-rata intensitas nyeri haid responden sebelum diberikan intervensi adalah 4,85 dengan nilai minimum 1 (nyeri ringan) dan maksimum 8 (nyeri berat). Setelah intervensi, rata-rata intensitas nyeri menurun menjadi 0.70, dengan nilai minimum 0 (tidak nyeri) dan nilai maksimum 3 (nyeri ringan) penurunan rata-rata sebesar 4,15. Dengan Z hitung  $-3,990 < 1,96$  maka  $H_0$  diterima, dan didapatkan hasil yaitu p-value  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon.

## B. Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Usia

Berdasarkan Tabel 4.1, karakteristik responden berdasarkan usia dibagi menjadi beberapa kelompok tingkatan usia dimana menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 14 tahun, yaitu sebanyak 12 orang (60,0%). Responden yang berusia 15 tahun berjumlah 7 orang (35,0%), sedangkan responden termuda berusia 13 tahun hanya sebanyak 1 orang (5,0%). Biasanya kejadian dismenore terbanyak terjadi pada rentang usia 15 sampai dengan 18 tahun. Kondisi ini relevan dengan karakteristik dismenore primer, yaitu nyeri haid yang umumnya muncul dua hingga tiga tahun setelah menarche, sering muncul pada beberapa bulan atau tahun pertama setelah menstruasi pertama. Nyeri haid primer paling sering dialami oleh perempuan berusia antara 15 hingga 25 tahun, dan

frekuensinya cenderung menurun seiring bertambahnya usia, serta biasanya mereda setelah proses persalinan (Syam et al., 2022).

Hal ini disebabkan oleh kemungkinan belum optimalnya perkembangan organ reproduksi, sehingga tubuh belum sepenuhnya siap untuk menghadapi perubahan fisiologis yang menyertai siklus menstruasi. Ketidaksiapan tersebut dapat memicu munculnya nyeri menstruasi yang lebih intens pada usia dini (Nainar et al., 2023).

#### **b. Lama Haid**

<sup>49</sup> Berdasarkan data yang disajikan pada tabel 4.1 terkait karakteristik responden berdasarkan lama haid <sup>20</sup> menunjukkan bahwa dari total 20 responden, sebagian besar mengalami durasi haid selama 3–7 hari, yaitu sebanyak 18 orang (90,0%). Sementara itu, hanya 2 responden (10,0%) yang mengalami haid dengan durasi lebih dari 7 hari. Durasi haid yang berlangsung antara 3–7 hari umumnya dianggap normal secara medis, sehingga data ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki pola menstruasi yang normal dalam hal lamanya perdarahan. Namun, keberadaan 10% responden dengan durasi haid lebih dari 7 hari dapat menjadi indikasi adanya gangguan menstruasi, seperti menorrhagia (perdarahan menstruasi berlebihan) yang dapat berpengaruh terhadap kondisi fisik dan psikologis, termasuk peningkatan risiko nyeri haid (Rohaeni dan Iis, 2022).

Berdasarkan uraian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa durasi menstruasi yang lebih panjang berpotensi menjadi salah satu indikator risiko nyeri haid primer. Meskipun tidak selalu signifikan secara statistik, riwayat haid yang berkepanjangan tetap perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan, deteksi dini melalui pemeriksaan medis dan koordinasi dengan tenaga kesehatan penting untuk membedakan nyeri haid primer dan sekunder (Anggraini et al., 2022).

#### **c. Siklus Haid**

Pada Tabel 4.1 disajikan data terkait karakteristik responden. Pada bagian karakteristik responden berdasarkan siklus haid, tabel menunjukkan bahwa dari total 20 responden, sebagian besar memiliki siklus haid dalam rentang 28–35 hari, yaitu sebanyak 16 orang (80,0%). Sebanyak 3 responden (15,0%) memiliki siklus haid lebih dari 35 hari, sedangkan hanya 1 responden (5,0%) yang memiliki siklus menstruasi kurang dari 28 hari. Siklus menstruasi normal umumnya berlangsung antara 28 hingga 35 hari. Oleh karena itu, data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami siklus haid yang normal atau teratur.

Siklus menstruasi atau haid merujuk pada rentang waktu yang dimulai dari hari pertama menstruasi hingga dimulainya periode menstruasi berikutnya. Panjang siklus ini dihitung berdasarkan jarak antara tanggal awal menstruasi sebelumnya dan awal menstruasi selanjutnya. Secara umum, siklus menstruasi berlangsung selama beberapa hari dan kemudian berhenti untuk beberapa minggu sebelum dimulai kembali (Irianti & Sri Wahyuni, 2021).

Siklus menstruasi yang tidak teratur dapat memengaruhi tingkat nyeri haid primer pada remaja, yang dipicu oleh berbagai faktor multidimensional, baik fisiologis maupun psikologis. Secara fisiologis, gangguan kadar hormon reproduksi seperti estrogen dan progesteron, disfungsi sistem saraf pusat dalam mengatur pelepasan hormon gonadotropin, serta perubahan vaskularisasi pada organ reproduksi dapat menyebabkan ketidakteraturan siklus haid dan peningkatan intensitas nyeri (Yolandiani et al., 2021).

#### d. Riwayat Keluarga

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 4.1, karakteristik responden berdasarkan riwayat keluarga menunjukkan bahwa dari 20 responden, sebanyak 8 orang (40,0%) memiliki riwayat keluarga terkait gangguan dismenore, sementara 12 orang (60,0%) tidak memiliki riwayat tersebut. Ini menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak mengalami dismenore yang disebabkan oleh faktor keturunan atau genetika. Meskipun

demikian, keberadaan 40,0% responden dengan riwayat keluarga tetap perlu diperhatikan, mengingat predisposisi genetik dapat berperan dalam meningkatkan risiko gangguan menstruasi.

Hal ini didukung oleh pernyataan dalam hasil penelitian (Sari et al., 2023) yang menyatakan bahwa riwayat keluarga memiliki peran signifikan dalam munculnya dismenore primer, yang diduga berkaitan dengan pengaruh faktor genetik terhadap kondisi fisiologis perempuan. Riwayat keluarga ini umumnya berkaitan dengan faktor hormonal, sensitivitas terhadap nyeri, atau pola menstruasi yang diturunkan secara herediter.

Berdasarkan data yang ditampilkan pada Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki riwayat dismenore dalam keluarga, faktor yang dapat memengaruhi tingkat keparahan nyeri haid primer pada remaja. Kondisi ini kemungkinan berkaitan dengan hasil pada Tabel 4.2, di mana mayoritas responden melaporkan nyeri haid dalam kategori sedang. Oleh karena itu, tidak adanya riwayat keluarga dismenore dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan intensitas nyeri yang relatif rendah.

Salah satu karakteristik responden yang berpotensi menjadi faktor risiko dismenorea primer pada remaja putri adalah adanya riwayat keluarga dengan kondisi serupa. Faktor genetik ini, meskipun bersifat non-modifiable, tetap dapat dikelola melalui pendekatan promotif dan preventif. Penerapan gaya hidup sehat melalui asupan makanan bernutrisi dan seimbang, (Azzahra et al., 2023), aktivitas fisik teratur, manajemen stres yang efektif, serta menjaga indeks massa tubuh dalam rentang ideal terbukti dapat membantu mengurangi intensitas dan frekuensi nyeri haid (Ikbar et al., 2024). Intervensi berbasis edukasi dan pembiasaan perilaku sehat sejak usia remaja menjadi strategi penting dalam meminimalkan dampak fisiologis dari predisposisi genetik terhadap dismenorea primer.

## **2. Skala Nyeri haid Primer Sebelum Intervensi Aromaterapi Lemon**

Berdasarkan hasil yang dicantumkan pada Tabel 4.2 yang menggambarkan skala intensitas nyeri haid primer yang dialami responden

sebelum dilakukan intervensi aromaterapi lemon. Sebanyak 20 responden diikuti, di mana 4 orang (20%) mengalami nyeri ringan, 11 orang (55%) nyeri sedang, dan 5 orang (25%) nyeri berat. Data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori nyeri sedang, yang mencerminkan tingkat ketidaknyamanan yang cukup mengganggu aktivitas sehari-hari. Selain itu, terdapat pula 25,0% responden yang mengalami nyeri berat, yang umumnya memerlukan penanganan khusus atau intervensi untuk mengurangi rasa nyeri. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebelum pemberian aromaterapi, sebagian besar remaja perempuan yang mengalami nyeri haid primer berada dalam kondisi nyeri yang cukup signifikan, sehingga intervensi diperlukan untuk membantu menurunkan intensitas nyeri tersebut.

Nyeri haid merupakan kondisi nyeri yang muncul akibat berkurangnya suplai oksigen ke jaringan sel selama proses menstruasi. Kondisi ini menimbulkan rasa sakit, terutama pada area abdomen bagian bawah. Untuk mengatasi nyeri haid, salah satu metode yang dapat digunakan adalah terapi komplementer, seperti aromaterapi lemon yang memanfaatkan minyak atsiri yang diekstraksi dari buah lemon (Febriyanti et al., 2021).

Nyeri menstruasi umumnya disebabkan oleh kontraksi tidak teratur pada miometrium yang dapat menimbulkan berbagai gejala klinis, termasuk nyeri ringan hingga berat di perut bagian bawah dan bokong, serta nyeri spasmodik yang menyebar ke sisi medial paha. Pada dasarnya, nyeri haid primer pada remaja dipengaruhi oleh faktor usia, durasi menstruasi, siklus haid, dan riwayat keluarga. Terdapat pula faktor lain yang turut berperan dalam memengaruhi kondisi tersebut (Nurcahyani, 2023).

Aromaterapi ini bekerja melalui efek relaksasi yang dihasilkan oleh senyawa aktif dalam minyak atsiri lemon, sehingga membantu meredakan ketegangan dan nyeri pada area abdomen. Temuan dari penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 2 Gamping juga memperlihatkan adanya penurunan pada skala nyeri haid setelah

memberian aromaterapi lemon, yang membuktikan efektivitas metode ini dalam membantu remaja mengatasi nyeri haid secara alami dan aman.

### 3. Skala Nyeri haid Primer Setelah Intervensi Aromaterapi Lemon

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan skala nyeri haid primer yang dialami responden setelah diberikan intervensi berupa aromaterapi lemon. Dari total 20 responden, sebanyak 12 orang (60,0%) tidak lagi merasakan nyeri, sedangkan 8 orang (40,0%) masih mengalami nyeri ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami penurunan intensitas nyeri haid setelah pemberian aromaterapi lemon berdasarkan data hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 4.2. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi aromaterapi lemon memiliki potensi efektivitas dalam mereduksi gejala nyeri haid primer, terutama dalam menurunkan intensitas nyeri menjadi tidak nyeri atau nyeri ringan.

Proses pemberian aromaterapi lemon pada responden siswi di SMP Negeri 2 Gamping dilakukan selama tiga hari berturut-turut, yaitu pada pada siang, sore dan malam hari selama masa menstruasi. Aromaterapi lemon (*Citrus limon*) diketahui mengandung senyawa aktif seperti limonene dan linalool yang memiliki efek relaksan terhadap sistem saraf pusat, serta mampu menstimulasi area limbik dan hipotalamus yang berperan dalam pengaturan emosi dan persepsi nyeri. Selain itu, sifat anti-inflamasi dan antispasmodik dari senyawa tersebut membantu meredakan kontraksi uterus yang menjadi penyebab utama nyeri haid.

Metode ini adalah salah satu bentuk manajemen nyeri yang menggunakan pendekatan nonfarmakologis maka metode cukup tepat digunakan untuk mengurangi ataupun mengatasi nyeri haid primer pada siswi SMP Negeri 2 Gamping. Metode ini memanfaatkan minyak esensial sebagai media relaksasi yang bertujuan untuk mendukung keseimbangan fisik dan emosional individu. Penggunaan aromaterapi dapat memberikan efek nyaman dan menenangkan bagi tubuh serta pikiran, sehingga mampu mereduksi rasa nyeri dan kecemasan. Aroma yang menyenangkan dari minyak esensial mampu merangsang thalamus untuk menghasilkan senyawa

encephalin, yaitu analgesik alami yang berperan dalam mengurangi persepsi nyeri (Febriyanti et al., 2021).

#### 4. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Nyeri Haid

##### Primer Pada siswi

Berdasarkan dari hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahea terjadi penurunan skor rata-rata tingkat nyeri haid primer dari 4,85 sebelum pemberian menjadi 0,70 setelah pemberian aromaterapi lemon. Penurunan sebesar 4,15 poin ini terbukti signifikan secara statistic dengan nilai z hitung sebesar  $-3.990 < 1,96$  maka  $H_0$  ditolak dan nilai  $p$ -value  $0,000 < p < 0,05$ , yang berarti terdapat perbedaan bermakna yang terjadi sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa aromaterapi lemon terbukti efektif dalam mengurangi nyeri haid primer pada remaja.

Nyeri haid, atau kram menstruasi, umumnya terasa di perut bagian bawah dan dapat menjalar ke punggung bawah, pinggang, panggul, serta paha atas hingga betis. Nyeri ini sering disertai kram yang intens akibat kontraksi otot rahim yang kuat selama menstruasi (Abdulla et al., 2024). Nyeri haid terbagi menjadi dua kategori, yakni nyeri haid primer dan nyeri haid sekunder. Nyeri haid primer merupakan nyeri menstruasi yang tidak terkait dengan kelainan pada organ panggul, sedangkan nyeri haid sekunder disebabkan oleh adanya gangguan atau kondisi patologis pada organ reproduksi (Raras, 2021).

Nyeri haid primer disebabkan oleh senyawa alami dalam tubuh Wanita yang disebut prostaglandin, yang dihasilkan oleh sel-sel pada lapisan dinding rahim. Nyeri haid terjadi akibat peningkatan prostaglandin yang memicu kontraksi otot rahim, dengan kadar tertinggi pada hari pertama menstruasi dan menurun pada hari-hari berikutnya sehingga nyeri berkurang (Ain, 2022).

Penatalaksanaan nyeri haid bisa dilakuakn dengan dua pendekatan yaitu dengan metode farmakologis, yaitu dengan menggunakan obat-obatan, terutama analgesic golongan NSAID seperti parasetamol, asam mefenamat, dan ibu profen (Romlah et al., 2022). Metode non-

farmakologi yaitu dengan aromaterapi lemon, hal didukung juga dalam penelitian (Setyanisa et al., 2021) yang menyatakan bahwa aromaterapi lemon diketahui efektif dalam meredakan nyeri, karena kandungan linalool di dalamnya berfungsi memberikan efek tenang dan relaksasi. Kulit bagian luar buah lemon terdapat sekitar 6% minyak esensial yang komposisinya meliputi limonene (90%), citral (5%), serta sejumlah kecil senyawa lain seperti citronellal, alpha-terpineol, linalyl, dan geranyl asetat. Dari komponen-komponen tersebut, linalyl atau linalool adalah zat aktif utama yang berperan dalam memberikan efek sedatif dan anti-kecemasan (Setyanisa et al., 2021).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Febriyanti et al., 2021) dimana nilai rata-rata skala nyeri sebelum intervensi aromaterapi lemon adalah 4,45 dan menurun menjadi 3,25 sesudah intervensi dengan (p-value 0,00, < 0,05), hal ini menunjukkan ada efek signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon.

Cara kerja aromaterapi yaitu Ketika aromaterapi dihirup, reseptor penciuman akan merespon dan mengirimkan sinyal ke system limbik di otak, yang berperan dalam mengatur emosi. Terapi ini tidak hanya memberikan efek relaksasi dan ketenangan tetapi juga membantu memperlancar peredaran darah (Kasanah, 2020).

Berdasarkan penelitian yang sudah peneliti lakukan di SMPN 2 Gamping Terdapat pengaruh aromaterapi lemon yang efektif dalam menurunkan derajat dismenore pada siswi kelas VIII SMPN 2 Gamping, Analisis dengan uji Wilcoxon menghasilkan nilai p 0,000 (<0,05), yang mengindikasikan penolakan  $H_0$  dan penerimaan  $H_a$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa skor pretest dan posttest berbeda secara signifikan.

### C. Keterbatasan Penelitian

Dalam proses pelaksanaan penelitian ini, peneliti menghadapi beberapa hambatan, salah satunya adalah ketidaksesuaian waktu menstruasi antar responden, sehingga intervensi tidak dapat dilakukan secara serentak. Selain itu, sebagian responden tidak dapat mengikuti penelitian langsung di

sekolah karena bertepatan dengan libur semester, sehingga intervensi dilakukan dirumah dengan pemantauan melalui WhattsApp yang dirasa kurang optimal.

44

**BAB V****KESIMPULAN DAN SARAN****A. Kesimpulan**

1. Berdasarkan karakteristik responden pada siswi SMPN 2 Gamping didapatkan hasil mayoritas berusia 14 tahun sebanyak 12 orang (60%), lama haid mayoritas 3-7 hari sebanyak 18 orang (90%), siklus haid mayoritas normal (28-35 hari) sebanyak 16 orang (80%) dan riwayat haid dalam keluarga sebanyak 8 orang (40%), sedangkan 12 orang (60%) tidak memiliki riwayat nyeri haid.
2. Rata-rata skala nyeri haid primer pada siswi SMPN 2 Gamping sebelum diberikan aromaterapi lemon adalah 4.85 dalam kategori nyeri sedang, dengan nilai skala nyeri minimum 1 (nyeri ringan), dan nilai maximum 8 (nyeri berat).
3. Rata-rata skala nyeri haid primer pada siswi SMPN 2 Gamping sesudah diberikan aromaterapi lemon adalah 0.70, dengan nilai minimum 0 (tidak nyeri) dan maximum 3 (nyeri ringan).
4. Terdapat pengaruh aromaterapi lemon dalam menurunkan skala nyeri haid pada siswi kelas VIII SMPN 2 Gamping, dengan nilai hasil uji statistik nilai Z hitung sebesar  $-3,990 > 1,96$  maka  $H_0$  ditolak signifikan yaitu  $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ , dengan selisih rata-rata penurunan 4.15 dalam kategori nyeri sedang.

### B. Saran

#### 1. Bagi Siswi SMPN 2 Gamping

Remaja putri disarankan dapat menjadikan aromaterapi lemon sebagai salah satu pemilihan untuk meredakan nyeri haid primer, karena metode ini termasuk terapi nonfarmakologis yang praktis dan mudah diterapkan guna membantu mengurangi intensitas nyeri haid.

#### 2. Bagi Peneliti

Peneliti disarankan dapat lebih memperhatikan perencanaan waktu pelaksanaan penelitian agar intervensi dapat dilakukan secara lebih terkoordinasi dan efektif. Peneliti juga disarankan untuk mempertimbangkan metode yang memungkinkan pemantauan langsung serta menyiapkan alternatif intervensi apabila terdapat kendala seperti libur sekolah atau keterbatasan akses responden.

#### 3. Bagi Pengelola SMPN 2 Gamping

Sekolah diharapkan dapat menyediakan aromaterapi lemon di ruang UKS sebagai salah satu metode aman untuk mengatasi nyeri haid dan rutin mengadakan edukasi Kesehatan reproduksi guna meningkatkan pemahaman siswi

#### 4. Bagi Orang Tua Siswi SMPN 2 Gamping

Orang tua diharapkan mendukung penanganan nyeri haid pada anak dengan menyediakan aromaterapi lemon dirumah dan menciptakan lingkungan yang nyaman serta edukatif selama masa remaja

# Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Skala Nyeri Haid Primer

## ORIGINALITY REPORT

<b>23%</b> SIMILARITY INDEX	<b>20%</b> INTERNET SOURCES	<b>10%</b> PUBLICATIONS	<b>9%</b> STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	-----------------------------

## PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	<b>3%</b>
<b>2</b>	<a href="http://repository.unjaya.ac.id">repository.unjaya.ac.id</a> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<b>1%</b>
<b>4</b>	<a href="http://eprints.poltekkesjogja.ac.id">eprints.poltekkesjogja.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<a href="http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id">perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<a href="http://digilib.unisayogya.ac.id">digilib.unisayogya.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<a href="http://repository.umy.ac.id">repository.umy.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>9</b>	Darnisah Umala Harahap, Lismarni Lismarni. "PENGARUH SENAM DISMENORE TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 BASO 2013", Jurnal Kesehatan, 2013	<b>&lt;1%</b>

10	<a href="https://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	<1 %
11	<a href="https://e-journal.sari-mutiara.ac.id">e-journal.sari-mutiara.ac.id</a> Internet Source	<1 %
12	<a href="https://journal.ipm2kpe.or.id">journal.ipm2kpe.or.id</a> Internet Source	<1 %
13	<a href="https://repository.usd.ac.id">repository.usd.ac.id</a> Internet Source	<1 %
14	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur II Student Paper	<1 %
15	Ni Komang Triyana, Wijayanti, Retno Wulandari. "PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON (CYTRUS) TERHADAP PENURUNAN SKALA DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA PUTRI MAN 1 SURAKARTA", Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences), 2024 Publication	<1 %
16	<a href="https://journal.unilak.ac.id">journal.unilak.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	Submitted to Universitas Pelita Harapan Student Paper	<1 %
18	<a href="https://library.stikesbup.ac.id">library.stikesbup.ac.id</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="https://jurnal.stikesylpp.ac.id">jurnal.stikesylpp.ac.id</a> Internet Source	<1 %

20	repository.unair.ac.id Internet Source	<1 %
21	Agnes Katrina, Rizka Fitria Syabila, Iwan Martua Simbolon, Rafael Tampubolon, Budi Halomoan Siregar. "Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Mendalam Berbantuan E-Modul Interaktif Berbasis Desmos terhadap Pemahaman Konsep Turunan", JURNAL PENDIDIKAN MIPA, 2025 Publication	<1 %
22	Submitted to Konsorsium PTS Indonesia - Small Campus II Student Paper	<1 %
23	Rita Dwi Yunianti, Cholisah Suralaga, Susanti Widiastuti. "Hubungan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Nasional Jakarta", Malahayati Nursing Journal, 2024 Publication	<1 %
24	ejournal.poltektegal.ac.id Internet Source	<1 %
25	id.123dok.com Internet Source	<1 %
26	jurnal.univrab.ac.id Internet Source	<1 %
27	Submitted to State Islamic University of Alauddin Makassar Student Paper	<1 %
28	Submitted to stie-pembangunan Student Paper	<1 %

---

29 Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah <1 %  
Student Paper

---

30 doku.pub <1 %  
Internet Source

---

31 stikesmuh-pringsewu.ac.id <1 %  
Internet Source

---

32 Shinta Kristianti, Triatmi Andri Yanuarini, Lailatul Khusna. Jurnal Ilmu Kesehatan, 2018 <1 %  
Publication

---

33 akper-sandikarsa.e-journal.id <1 %  
Internet Source

---

34 jurnal.stikesmus.ac.id <1 %  
Internet Source

---

35 Hangggari Shinta Dewi, Adriana Palimbo, Husda Oktaviannor. "PENGARUH PEMBERIAN LABU KUNING TERHADAP ANEMIA REMAJA PUTRI DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS SAPALA", Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences), 2023 <1 %  
Publication

---

36 Submitted to Poltekkes Kemenkes Jakarta I <1 %  
Student Paper

---

37 Submitted to Sriwijaya University <1 %  
Student Paper

---

38 Tati Lindasari. "PENGARUH PEMBERIAN COKLAT HITAM TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI", Wellness And Healthy Magazine, 2024 <1 %

- 
- 39 Submitted to Universitas 17 Agustus 1945 Semarang  
Student Paper <1 %
- 
- 40 repository.unmuhpnk.ac.id  
Internet Source <1 %
- 
- 41 www.klikers.id  
Internet Source <1 %
- 
- 42 core.ac.uk  
Internet Source <1 %
- 
- 43 ktikebidanankeperawatan.wordpress.com  
Internet Source <1 %
- 
- 44 repository.poltekkes-kaltim.ac.id  
Internet Source <1 %
- 
- 45 repository.poltekkespalembang.ac.id  
Internet Source <1 %
- 
- 46 repository.uinib.ac.id  
Internet Source <1 %
- 
- 47 Sri Enawati, Della Khoirunnisa Aulia, Yuli Widyastuti, Sri Handayani, Dwi Yuningsih. "PENGARUH AROMATERAPI LEMON TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PASIEN POST OPERASI LAPARATOMI", Jurnal Kesehatan dan Kedokteran, 2022  
Publication <1 %
- 
- 48 Vita Febriyanti, Vevi Suryenti Putri, Rahmi Dwi Yanti. "Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) terhadap Skala Nyeri Dismenorea pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan <1 %

# STIKes Baiturrahim Jambi", Jurnal Akademika

Baiturrahim Jambi, 2021

Publication

49	<a href="https://dspace.uii.ac.id">dspace.uii.ac.id</a> Internet Source	<1 %
50	<a href="https://eprints.uny.ac.id">eprints.uny.ac.id</a> Internet Source	<1 %
51	<a href="https://journal.thamrin.ac.id">journal.thamrin.ac.id</a> Internet Source	<1 %
52	<a href="https://jurnalnasional.ump.ac.id">jurnalnasional.ump.ac.id</a> Internet Source	<1 %
53	<a href="https://karyailmiah.unisba.ac.id">karyailmiah.unisba.ac.id</a> Internet Source	<1 %
54	<a href="https://repository.poltekpel-sby.ac.id">repository.poltekpel-sby.ac.id</a> Internet Source	<1 %
55	Anis Novia Anggari, Dewi Rostianingsih, Tetty Rina Aritonang. "Efektivitas Penggunaan Minuman Jahe Merah dan Jahe Emprit Terhadap Intensitas Nyeri Haid(Dysmenorrhea) pada Remaja Putri di SMPI Al Falah Babelan Bekasi", Malahayati Nursing Journal, 2024 Publication	<1 %
56	<a href="https://herminahospitals.com">herminahospitals.com</a> Internet Source	<1 %
57	<a href="https://lobikampus.blogspot.com">lobikampus.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
58	<a href="https://ojs.htp.ac.id">ojs.htp.ac.id</a> Internet Source	<1 %

59	<a href="https://pt.scribd.com">pt.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
60	<a href="https://repository.radenintan.ac.id">repository.radenintan.ac.id</a> Internet Source	<1 %
61	<a href="https://repository.ummat.ac.id">repository.ummat.ac.id</a> Internet Source	<1 %
62	<a href="https://repository.widyatama.ac.id">repository.widyatama.ac.id</a> Internet Source	<1 %
63	Ida Ayu Suptika Strisanti, Ida Ayu Anom Rastiti, Kadek Buja Harditya, Ni Wayan Kesari Dharmapatni. "Kombinasi Akupuntur dan Moxibustion dalam Menurunkan Skala Nyeri Haid Primer pada Mahasiswa Keperawatan", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2024 Publication	<1 %
64	Nadya Fauzia Kusteja, Yulia Herliani, Khairiyah Khairiyah. "Kunyit asam efektif mengurangi nyeri dismenorea", Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 2019 Publication	<1 %
65	<a href="https://ejournal.ihdn.ac.id">ejournal.ihdn.ac.id</a> Internet Source	<1 %
66	<a href="https://elibrary.almaata.ac.id">elibrary.almaata.ac.id</a> Internet Source	<1 %
67	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
68	<a href="https://jim.unsyiah.ac.id">jim.unsyiah.ac.id</a> Internet Source	<1 %

69	<a href="http://journal.unigres.ac.id">journal.unigres.ac.id</a> Internet Source	<1 %
70	<a href="http://nhc.batan.go.id">nhc.batan.go.id</a> Internet Source	<1 %
71	<a href="http://repository.stikesrspadgs.ac.id">repository.stikesrspadgs.ac.id</a> Internet Source	<1 %
72	<a href="http://sandiapriadi.blogspot.com">sandiapriadi.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
73	<a href="http://www.kanwildjknsumut.org">www.kanwildjknsumut.org</a> Internet Source	<1 %
74	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
75	Selvy Afrioza, Siti Srimulyati. "PENGARUH MINUMAN KUNYIT ASAM UNTUK MENGATASI NYERI HAID PADA REMAJA DI DESA SUKASARI", Journal of Nursing Practice and Education, 2022 Publication	<1 %
76	Tasya Haditya, Mardlatillah Mardlatillah, Farah Nur Ain, Nur Syifa, Muhammad Akhzani Fadhli. "Evaluasi Penanganan Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Dengan Protection Motivation Theory", Journal Pharmaceutical Care and Sciences, 2022 Publication	<1 %
77	Andini Mentari Tarigan, Dyna Safitri Rakhelmi Rangkuti, Rima Melinda Sembiring, Fadilla Rahmadanisya. "Faktor yang Memengaruhi Keterlambatan Klaim Asuransi pada Pelayanan Rawat Jalan di RSUD Rantau	<1 %

# Prapat", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2024

Publication

78 Dian Fitriyani, Suryo Ediyono, Cici Susanti, Rahmawati. "Pengaruh Senam Dismenore Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri SMPN 03 Pabuaran Kabupaten Purwakarta", Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ), 2024

Publication

79 Haryani Octaria, Wen Via Trisna. "Pelaksanaan Pemberian Informasi dan Kelengkapan Informed Consent di Rumah Sakit Umum Daerah Bangkinang (RSUD Bangkinang)", Jurnal Kesehatan Komunitas, 2016

Publication

80 Kurniawan Putra Yudha, Efi Rohman. "Penerapan Media Pembelajaran Basic Electro Pneumatic Trainer dalam Meningkatkan Hasil Belajar Mahasiswa", Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan, 2025

Publication

81 [jurnal.untan.ac.id](http://jurnal.untan.ac.id)

Internet Source

82 [lib.ibs.ac.id](http://lib.ibs.ac.id)

Internet Source

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off