

**STUDI LITERATUR: PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI
BUNGA LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID PADA
REMAJA PUTRI**

KARYA TULIS ILMIAH



**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM
TAHUN 2021**

**STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI BUNGA
LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID.**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah
Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Mataram



**Disusun Oleh :
RIREN KIRANI
518010012**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM
TAHUN 2021**

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA
LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID



Disusun Oleh:
Nama : Riren Kirani
NIM : 518010012

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian Karya Tulis
Ilmiah Program Studi D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Mataram

Hari/Tanggal : 10 Desember 2024

Menyetujui,

Pembimbing Utama

(Aulia Aminah S.ST, M.Keb)
NIDN: 0814048901

Pembimbing Pendamping

(Siti Mardiyah WD, S.Kep, M.Kes)
NIDN: 0806068801

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA
LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID**

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Oleh:
Nama : Riren Kirani
NIM : 518010012

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Sebagian
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Ahli Madya Kebidanan di Prodi DIII
Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram

Dewan Penguji :	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Tim Penguji Aulia Amini, S.ST., M.Keb	10/11 2024	
Penguji I : Indriyani Maknun, S.ST., M.Keb	10/11 2024	
Penguji II : Siti Mardiyah WD, S.Kep., M.Kes	10/11 2024	

Mengesahkan
Universitas Muhammadiyah Mataram
Fakultas Ilmu Kesehatan
Dekan,



(Apt. Nurul Qasim M.Farm.Klin.)
NIDN 0827108402



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM
UPT. PERPUSTAKAAN

Jl. K.H.Ahmad Dahlan No. 1 Mataram Nusa Tenggara Barat
Kotak Pos 198 Telp. 0370 - 637223 Fax. 0370-641966
Website : <http://www.ummata.ac.id> E-mail : perpustakaan@ummata.ac.id

SURAT PERNYATAAN BEBAS
PLAGIARISME

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Mataram, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rhen Kram N-A
NIM : 518010012
Tempat/Tgl Lahir : Dampu, 5 Agustus 2000
Program Studi : D3 Kebidanan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
No. Hp : 082 270 919 459
Email : RhenKram29@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi/KTI/Tesis* saya yang berjudul :

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Bunga Lavender terhadap
Intensitas Nyeri Haid pada Perempuan purni.

Bebas dari Plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain. 38%

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari Skripsi/KTI/Tesis* tersebut terdapat indikasi plagiarisme atau bagian dari karya ilmiah milik orang lain, kecuali yang secara tertulis disitasi dan disebutkan sumber secara lengkap dalam daftar pustaka, saya berniat menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Mataram.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun dan untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Mataram, 1 Januari 2022
Penulis



Rhen Kram N-A
NIM. 518010012

Mengetahui,
Kepala UPT. Perpustakaan UMMAT



Rhen Kram N.A. Pt
NIDN. 0802048904



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM
UPT. PERPUSTAKAAN

Jl. K.H.Ahmad Dahlan No. 1 Mataram Nusa Tenggara Barat
Korok Pos 108 Telp. 0370 - 633723 Fax. 0370-641966
Website : <http://www.ummahmataram.ac.id> E-mail : perpustakaan@ummahmataram.ac.id

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Mataram, saya yang beranda tangan di bawah ini:

Nama : Riza Krami N.A
NIM : 51010012
Tempat/Tgl Lahir : Dongri 05 Agustus 2000
Program Studi : P3 Kebidanan
Fakultas : Ibu Kesehatan
No. Hp/Email : 080 340 919 489
Jenis Penelitian : Skripsi KTI Tesis

Menyatakan bahwa demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Mataram hak menyimpan, mengalih-media/format, menyetorkannya dalam bentuk pengalihan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Repository atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta atas karya ilmiah saya berjudul:

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Bunga Lavender terhadap
Meningkatkan Weyeri Hard pada Bangga Purni

Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggungjawab saya pribadi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Mataram, 4 Januari 2022
Penulis



Riza Krami N.A
NIM. 51010012

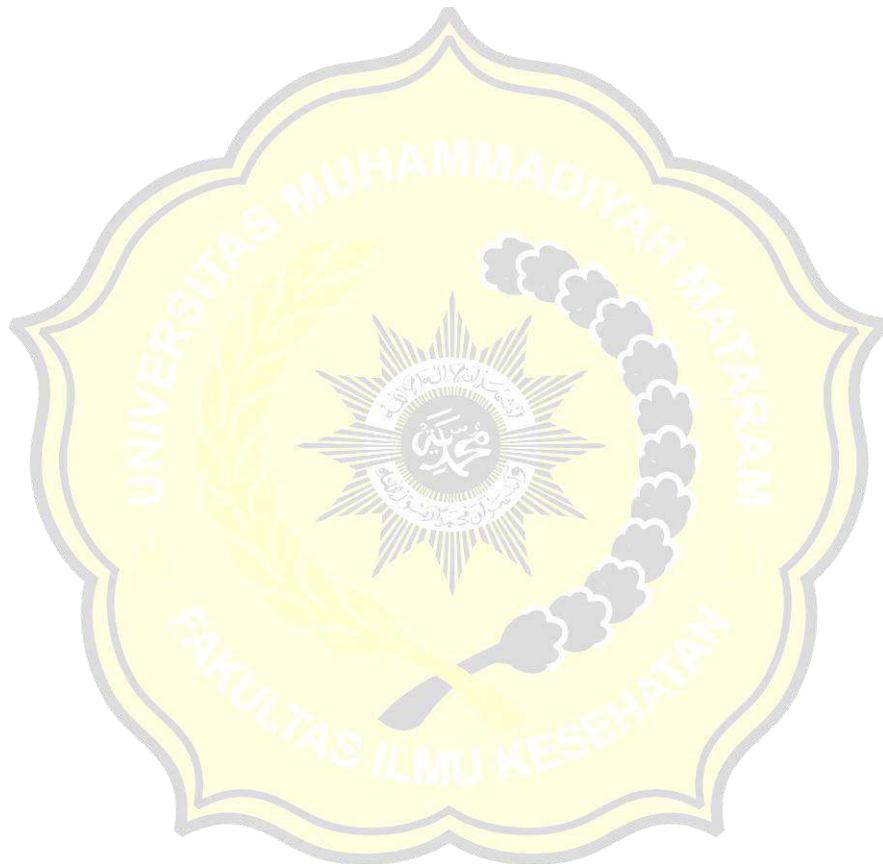
Mengetujui,
Kepala UPT. Perpustakaan UMMAT



Riza Krami N.A
NIDN. 0802048904

MOTTO

Tidak ada kesuksesan tanpa melalui kerja keras.
Jika kamu memiliki cita-cita atau tujuan yang ingin dicapai,
Kamu harus membayarnya dengan perjuangan.



KATA PENGANTAR

Puji syukur penyusun ucapkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat Nya maka penyusun dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah tentang "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Bunga Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Haid". Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan dan sumbangan pemikiran dari beberapa pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis sampaikan ucapan terimakasih khususnya Kepada:

1. Dr. H. Arsyad Gani, M. Pd. Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Mataram
2. Nurul Qiyam, M.Farm.Klin., Apt. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Mataram.
3. Aulia Amini, S.ST., M.Keb, selaku ketua Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Mataram dan selaku Pembimbing I.
4. Siti Mardiyah WD, S.Kep, M.Kes, selaku Pembimbing pendidikan II yang telah memberikan masukan guna perbaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Seluruh dosen di program studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram yang turut membimbing dan selalu memberi dorongan.
6. Penyusun menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Hal ini disebabkan terbatasnya pengetahuan yang penyusun miliki. Untuk itu, saran dan kritik yang bersifat membangun dari para pembaca selalu penyusun harapkan. Semoga Karya Tulis Ilmiah yang sederhana ini ada manfaatnya khususnya bagi penyusun dan umumnya bagi para pembaca. Amin.

Mataram, 25 Januari 2021

Penulis

ABSTRAK

Riren Kirani *, Aulia Amini **, Siti Mardiyah WD**, Indriyani Makmun**
STUDI LITERATUR :PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA
LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID

Dismenore atau menstruasi yang menimbulkan nyeri merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling umum dialami wanita dari berbagai tingkat usia. Aromaterapi bunga lavender digunakan sebagai perawatan untuk mengatasi nyeri, mengurangi rasa sakit pasca-operasi caesar, mengurangi depresi dan kecemasan pada ibu post partum, dan menurunkan dismenore. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi pengaruh aromaterapi bunga lavender (*Lavandula angustifolia*) terhadap intensitas nyeri dismenore.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen. Pengambilan sampel menggunakan teknik Purposive sampling. Uji statistik menggunakan uji paired t-test, untuk menguji efektivitas aromaterapi bunga lavender terhadap intensitas nyeri dismenore.

Responden menurut umur yang terbanyak adalah 18-20 tahun yaitu 60 %. Karakteristik nyeri dismenore terbanyak sebelum dilakukan pemberian aromaterapi bunga lavender dalam skala nyeri sedang yaitu 65 %. Sedangkan sesudah pemberian aromaterapi bunga lavender intensitas nyeri terbanyak adalah nyeri ringan yaitu 75 %. Ada pengaruh aromaterapi bunga lavender terhadap penurunan intensitas nyeri haid (dismenore).

Kata kunci: aromaterapi bunga lavender, intensitas nyeri, dismenore

ABSTRACT

Riren Kirani ^{*}, Aulia Amini ^{**}, Siti Mardiyah WD^{**}, Indriyani Makmun^{**}
LITERATURE STUDY :THE EFFECT OF GIVING LAVENDER FLOWER
AROMATHERAPY ON THE INTENSITY OF
MENSTRUAL PAIN.

Dysmenorrhea, or painful menstruation, is a common gynecological issue that affects women of all ages. Aromatherapy with lavender flowers is used to cure pain, lessen post-caesarean pain, reduce depression and anxiety in postpartum mothers, and alleviate dysmenorrhea. This research aimed to see whether lavender (*Lavandula Angustifolia*) aromatherapy affects the severity of dysmenorrhea pain.

This is a quantitative study that takes a quasi-experimental method. Purposive sampling is a strategy for collecting data. A paired t-test was used to determine the impact of lavender flower aromatherapy on the intensity of dysmenorrhea pain.

The majority of respondents, 60 percent, are between 18 and 20. The most characteristic of dysmenorrhea pain before receiving lavender flower aromatherapy is 65% on a mild pain scale. Meanwhile, after receiving lavender flower aromatherapy, the most common type of discomfort was mild pain, which accounted for 75% of all cases. Lavender flower aromatherapy has been shown to reduce the severity of menstruation pain (dysmenorrhea).

Keywords: lavender flower aromatherapy, pain intensity, dysmenorrhea



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	v
SURATPERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang	1
B.Rumusan Masalah	3
C.Tujuan	3
D.Manfaat.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A.Definisi Aromaterapi	6
B.Konsep Dasar Nyeri.....	7
C. Kerangka Teori	11
D. Kerangka Konsep	11
BAB III METODE PENELITIAN	12
A. Desain Penelitian	12
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	12
C. Definisi Operasional	13
D. Populasi dan Sampel.....	13
E. Sumber Data.....	14
F. Prosedur Penelitian.....	15
G. Metode Pengumpulan Data	16
H. Hipotesis	16
I. Alur Penelitian	17
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	18
BAB V PENUTUP.....	21
A. Kesimpulan	21
B. Saran	21
DAFTAR PUSTAKA	22

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi adalah Adanya perdarahan yang teratur dari rahim menunjukkan bahwa rahim berfungsi dengan baik (Kusmiran, 2014). Nyeri dialami oleh wanita selama siklus menstruasi mereka. Jenis dan tingkat keparahan rasa sakit dapat berkisar dari ringan hingga berat tergantung pada individu. Penyakit ini disebut sebagai dismenore, dan merupakan penyakit serius yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menyebabkan ketidaknyamanan.

Aromaterapi dapat digunakan untuk menurunkan tingkat nyeri sebagai alternatif pengobatan. Minyak esensial aromaterapi merangsang sel reseptor penciuman di hidung, menyebabkan impuls ditransfer ke sistem limbik di otak, yang bertanggung jawab untuk pengaturan suasana hati. Aromaterapi telah terbukti memiliki efek relaksasi dan menenangkan, serta kemampuan untuk meningkatkan sirkulasi darah. Aromaterapi adalah pilihan pengobatan murah dan bebas risiko untuk dismenore (Marzouk et al, 2016).

Prevalensi dismenore sangat tinggi di seluruh dunia. Wanita di setiap negara, rata-rata, menderita ketidaknyamanan menstruasi ke tingkat yang lebih besar atau lebih kecil. Di Amerika Serikat, persentasenya sekitar 60%, sedangkan di Swedia lebih dari 72%. Bagi perempuan di Indonesia, diperkirakan 55 persen di antaranya menderita dismenore. Penghinaan terjadi sebagai akibat dari kontraksi atau relaksasi rahim atau otot rahim. Sebagian besar waktu, kontraksi otot rahim tidak terasa; Namun, kontraksi yang parah dapat mengganggu aliran darah ke rahim, menyebabkan rasa sakit. (Sukarni dan Margareth, 2016).

Untuk remaja, tingkat meremehkan tertinggi adalah antara 20 persen - 90 persen dari waktu. Sekitar 15% gadis remaja melaporkan mengalami dismenore parah di beberapa titik dalam hidup mereka. Beberapa anak kecanduan narkoba, dan beberapa dari mereka mencari bantuan dari profesional perawatan kesehatan (Prancis, 2015). Menurut temuan penelitian

Mahmudiono tahun 2015, kejadian dismenore episode pertama pada remaja putri usia 14-19 tahun di Indonesia sekitar 54,89 persen.

Dalam menangani dismenore, salah satu peran bidan adalah dalam pencegahan dan pengobatan gangguan reproduksi, sesuai dengan standar kompetensi bidan yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan dalam Peraturan Menteri Kesehatan No. 1464 Permenkes SK III/2010 bagi mereka yang tergabung dalam standar kompetensi-3 kemaswabani diperbanyak. Tiga pernikahan aswabi direproduksi dalam peanning Khaselay. Aromaterapi merupakan pengobatan komplementer yang dapat diberikan oleh bidan secara mandiri, sebagaimana diatur dalam Pasal 1 Ayat 11 Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1109 Tahun 2007, yang mengatur tentang tenaga kesehatan (bidan) yang memberikan alternatif komplementer. pelayanan obat sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

A. Rumusan Masalah

Dari penjelasan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini Apakah “**Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Bunga Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Haid**”?

B. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Memahami dampak penggunaan aromaterapi bunga lavender terhadap intensitas nyeri haid adalah penting.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden terhadap nyeri haid.
- b. Skala nyeri haid yang dialami remaja putri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender.
- c. Untuk mengetahui tingkat perbedaan efektivitas nyeri haid pada remaja putri.

C. MANFAAT

1. Manfaat Teoritis

Sesuai dengan harapan penulis, temuan yang menghasilkan kajian ilmiah ini akan memperluas pemahaman tentang bagaimana mengelola pengaruh pemberian aromaterapi bunga lavender terhadap intensitas nyeri haid.

2. Manfaat praktis

a. Bagi pendidikan

sumber dokumentasi dan bahan perbandingan untuk studi kasus selanjutnya di Universitas Muhammadiyah Mataram guna meningkatkan kesadaran mahasiswa tentang pengaruh pemberian aromaterapi bunga lavender terhadap intensitas nyeri haid.

b. Bagi mahasiswa

sebagai bentuk bahan evaluasi yang telah diselesaikan agar siswa dapat dengan mudah memeriksa kelemahannya sendiri, dan sebagai sarana untuk meningkatkan keterampilan praktis

c. Bagi Peneliti

Peningkatan kesadaran dan pemahaman tentang kondisi kesehatan, khususnya efek aromaterapi bunga lavender pada intensitas nyeri haid, dapat menjadi keuntungan bagi wanita yang mengalami nyeri haid yang parah.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Aromaterapi lavender

1. Pengertian

Aromapi adalah nama modern yang digunakan untuk menggambarkan metode terapi kuno yang menggunakan ekstrak tumbuhan harum murni untuk mengobati berbagai penyakit. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan seluruh orang, termasuk tubuh, pikiran, dan jiwa. (Primadiati, 2016).

Definisi lain dari aromaterapi adalah aplikasi minyak esensial atau ekstrak minyak murni untuk membantu dalam peningkatan atau pemeliharaan kesehatan, stimulasi semangat, pemulihan semangat, dan kebangkitan jiwa dan tubuh. Minyak esensial yang digunakan dalam resep ini adalah cairan yang memiliki telah disuling dari berbagai bunga, akar, pohon, biji, getah, daun, dan tumbuhan yang dikenal karena kualitas obatnya. (Synder et al., 2012).



Gambar 1.1 primadianti (2012)

Minyak atsiri adalah ekstrak tumbuhan harum yang diperoleh melalui berbagai prosedur pemrosesan dan digunakan dalam berbagai aplikasi. Lavender (*Lavendula Augustfolia*) adalah minyak terapi populer yang digunakan sebagai antibakteri dan agen penyembuhan luka. Lavender berasal dari bunga dengan nama yang sama. Ini memberikan dampak menenangkan pada orang yang mengalami ketidaknyamanan atau penderitaan. Minyak

lavender digunakan untuk mengobati masalah pencernaan, kelainan menstruasi, dan nyeri otot, antara lain.

Pijat, kompresi, dan mandi hanyalah beberapa cara aromaterapi yang dapat digunakan untuk menghilangkan stres dan ketegangan. Ketika menggunakan aromaterapi bersamaan dengan pijat, tujuannya adalah untuk mendapatkan hasil yang lebih baik daripada jika hanya menggunakan satu jenis terapi. Pijat aromaterapi adalah metode umum menggunakan minyak esensial karena mereka memiliki kemampuan untuk berfungsi dalam berbagai cara pada saat yang bersamaan. Minyak atsiri mudah diserap oleh kulit karena mereka bertindak dalam berbagai cara pada saat yang bersamaan. Minyak atsiri diserap melalui kulit, dan aromaterapi diperkenalkan melalui pernapasan, bersamaan dengan terapi fisik yang diberikan oleh pijat itu sendiri.

Sebelum menggunakan minyak aromaterapi, penting untuk memeriksa alergi atau kontraindikasi apa pun. Ketika berbicara tentang minyak pijat, minyak lavender adalah pilihan yang populer. Untuk mengurangi kelelahan fisik dan emosional, meningkatkan sirkulasi darah, mendorong tubuh untuk membersihkan diri dari kotoran, dan meningkatkan kesehatan mental, perawatan aromaterapi dan pijat semakin populer. Kulit di ujung distal ekstremitas. Relaksasi dan perbaikan otot perut adalah tujuan dari teknik pijat effleurage. Effleurage adalah teknik pijat dasar yang tidak memerlukan alat, biaya apa pun, dan tidak memiliki efek samping. Hal ini dapat dilakukan pada diri sendiri atau dengan bantuan orang lain tanpa masalah apapun. Setelah berbaring atau setengah duduk, telapak kedua tangan diletakkan di atas perut sambil secara bersamaan digerakkan oleh terapis. Gunakan kedua tangan untuk bergerak dalam gerakan melingkar atau satu arah menuju inti simpans. Menambahkan 2 tetes minyak esensial dan 1 ml minyak tambahan adalah semua yang diperlukan untuk menggunakannya.

B. Konsep Dasar Nyeri

1. Pengertian Nyeri

Nyeri adalah penyakit yang ditandai dengan sensasi tidak menyenangkan yang hanya dapat dijelaskan secara akurat oleh orang yang mengalaminya, karena pengalaman rasa sakit dan ketidaknyamanan setiap orang adalah unik. (Alimul, 2015).

2. Klasifikasi nyeri

Nyeri menurut (Alimul, 2015) diklasifikasikan beberapa macam yaitu:

Klasifikasi nyeri berdasarkan etiologi :

a. Nyeri Psikogenik

Nyeri psikogenik adalah yang tidak memiliki pengaruh fisik pada pikiran.

b. Nyeri Neurologis

Nyeri neurologis adalah kejang di satu atau lebih jalur saraf yang menyebabkan jenis nyeri akut.

c. Nyeri Inflamasi

Nyeri inflamasi adalah Bagian tubuh lain yang sakit, seringkali akibat kerusakan pada organ visceral.

d. Nyeri Phantom

Nyeri phantom adalah ketidaknyamanan akibat amputasi anggota badan

3. Klasifikasi nyeri berdasarkan durasi

a. Nyeri Akut

Nyeri akut biasanya terjadi sebagai akibat dari kecelakaan baru-baru ini. Kurang dari enam bulan dan biasanya kurang dari sebulan adalah norma untuk rasa sakit ini. Nyeri akut dapat didefinisikan sebagai nyeri yang berlangsung selama beberapa detik hingga enam bulan.

b. Nyeri Kronik

Nyeri kronis adalah Rasa sakit yang datang dan pergi, tetapi tidak pernah permanen. Nyeri yang berlangsung selama enam bulan atau lebih sering disebut sebagai nyeri kronis, namun tanda enam bulan dapat berubah-ubah (Smeltzer & Bare, 2014). Klasifikasi nyeri berdasarkan lokasi

c. Nyeri superfisial atau kutaneus

Nyeri akibat stimulasi kulit. Nyeri ini singkat dan terlokalisir. Nyeri biasanya dirasakan sebagai sensasi yang tajam.

a. Nyeri visceral dalam

Stimulasi organ dalam menyebabkan rasa sakit. Ada banyak kemungkinan jalan di mana rasa sakit seseorang dapat menyebar. Tidak ada kerangka waktu yang ditetapkan, namun biasanya berlangsung lebih lama dari ketidaknyamanan pertama.

b. Nyeri alih (referend)

Nyeri alih merupakan kejadian umum pada ketidaknyamanan visceral karena kurangnya reseptor nyeri di berbagai organ. Bagian tubuh yang mengalami nyeri adalah terpisah dari sumber nyeri dan dapat dirasakan dengan berbagai karakteristik.

c. Radiasi

Nyeri dirasakan di seluruh tubuh, tidak hanya di tempat terjadinya cedera. Rasa sakit menyebar dari tubuh bagian atas ke tubuh bagian bawah atau ke seluruh tubuh, seolah-olah itu gelombang. Rasa sakit bisa datang dan pergi, atau bisa terus menerus.(Price & Sylvia, 2015).

B. Faktor- faktor yang mempengaruhi nyeri

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri antara lain:

a. Pengalaman masa lalu

penderita nyeri yang telah mengalami banyak pengalaman dan bertahan lama dengan sensasi cenderung kurang gelisah dan lebih memaafkan sensasi.

b. Ansietas

Kecemasan dapat memperburuk rasa sakit, meskipun tidak selalu demikian. Namun, kekhawatiran yang berhubungan dengan, atau berkaitan dengan, nyeri dapat memperburuk persepsi nyeri pasien. Kecemasan yang tidak berhubungan dengan nyeri mungkin dapat mengalihkan perhatian pasien dan mengurangi rasa nyerinya.

c. Budaya

Reaksi orang terhadap rasa sakit berbeda tergantung pada ras dan latar belakang budaya mereka. Namun, persepsi nyeri tidak dipengaruhi oleh budaya atau ras.

d. Usia

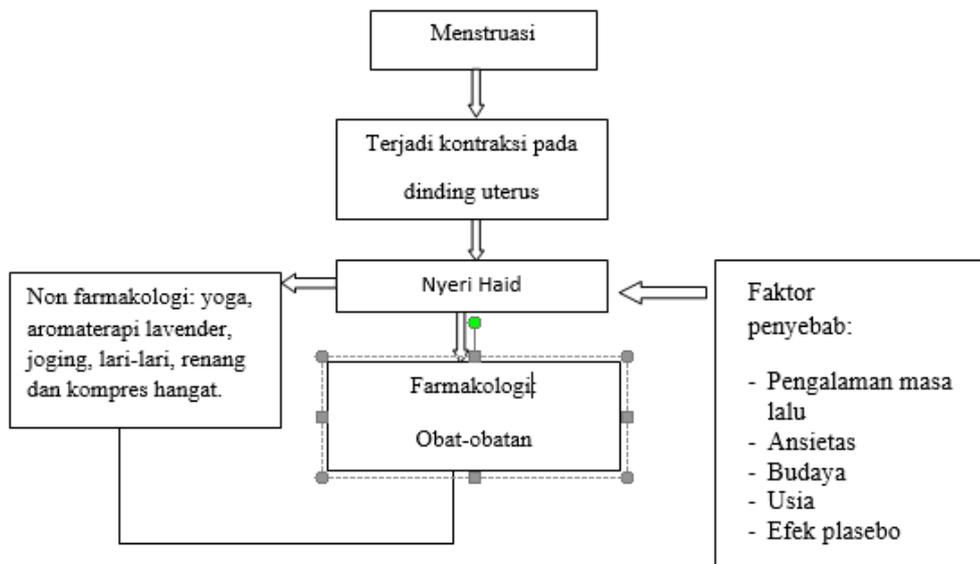
Ada kurangnya pemahaman tentang dampak penuaan pada persepsi nyeri dan toleransi. Penilaian nyeri pada lansia dapat menjadi tantangan karena perubahan fisiologis dan psikologis yang terjadi seiring bertambahnya usia. Reaksi seseorang terhadap rasa sakit bisa berbeda seiring bertambahnya usia. Saat menilai rasa sakit dan kemanjuran terapi, penting untuk melihat laporan subjektif pasien daripada usia mereka. Dampak penuaan pada persepsi nyeri dan toleransi nyeri sebagian besar tidak diketahui.

e. Efek plasebo

Efek plasebo Ketika seseorang percaya bahwa terapi atau tindakan akan memiliki efek, mereka mengalami efek plasebo. Ini bermanfaat untuk menerima perawatan atau mengambil tindakan sendiri.. (Smeltzer & Bare, 2015).

C. Kerangka Teori

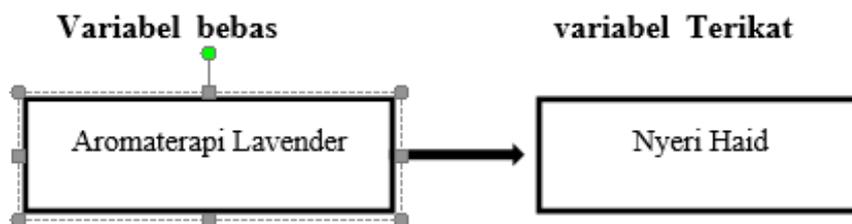
Berdasarkan Uraian teori diatas, maka kerangka teori penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar2.2 kerangka teori

Sumber: (Wiknjosastro)

D. Kerangka Konsep



Gambar 2.3 kerangka konsep

BAB III

METODE PENELITIAN

A. DESAIN PENELITIAN

Karena itu, keputusan desain mencerminkan tahap mekar akhir dalam mengambil kanon penelitian tentang cara terbaik untuk menerapkan penelitian (Nursalam, 2015). Sebuah tinjauan literatur sistematis digunakan dalam penyelidikan ini. Menggunakan berbagai sumber yang diterbitkan dan tidak diterbitkan, proses tinjauan pustaka berusaha menemukan jawaban atas masalah yang sebelumnya belum terjawab (termasuk buku, jurnal, dan publikasi lain yang terkait dengan penentuan gejala)(Neuman, 2015).

B. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN

Google Cendekia dapat digunakan untuk mencari sumber ilmiah. Dari Februari hingga April 2021, penelitian ini dilakukan.

Tabel 1.1 waktu dan tempat penelitian jurnal.

No	Judul Jurnal	Tempat	Waktu
1	pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri disminorea pada siswi	SMK Negri 2 Sewon Bantul	2017
2	Pengaruh aromaterapi bunga lavender (<i>Lavandula angustifolia</i>) terhadap intensitas nyeri haid (dismenore)	Stikes Madani Yogyakarta	Juni 2016
3	Pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat nyeri haid (dismenore primer)	Asrama Putri Stikes Banyuwangi	Mei 2020

C. Definisi Operasional

Suatu atribut, sifat, atau nilai dari suatu subjek yang telah ditentukan oleh peneliti untuk diselidiki dan selanjutnya dibuat kesimpulan didefinisikan sebagai studi oleh Sugiono (2015).

1. Aromaterapi lavender merupakan minyak esensial yang akan dibahas mengenai efektivitasnya dalam mengurangi intensitas nyeri haid.

2. Nyeri haid adalah rasa sakit yang hanya orang yang mengalaminya dapat menggambarkan atau menilai sebagai keadaan perasaan yang tidak menyenangkan.

D. Populasi dan Sampel

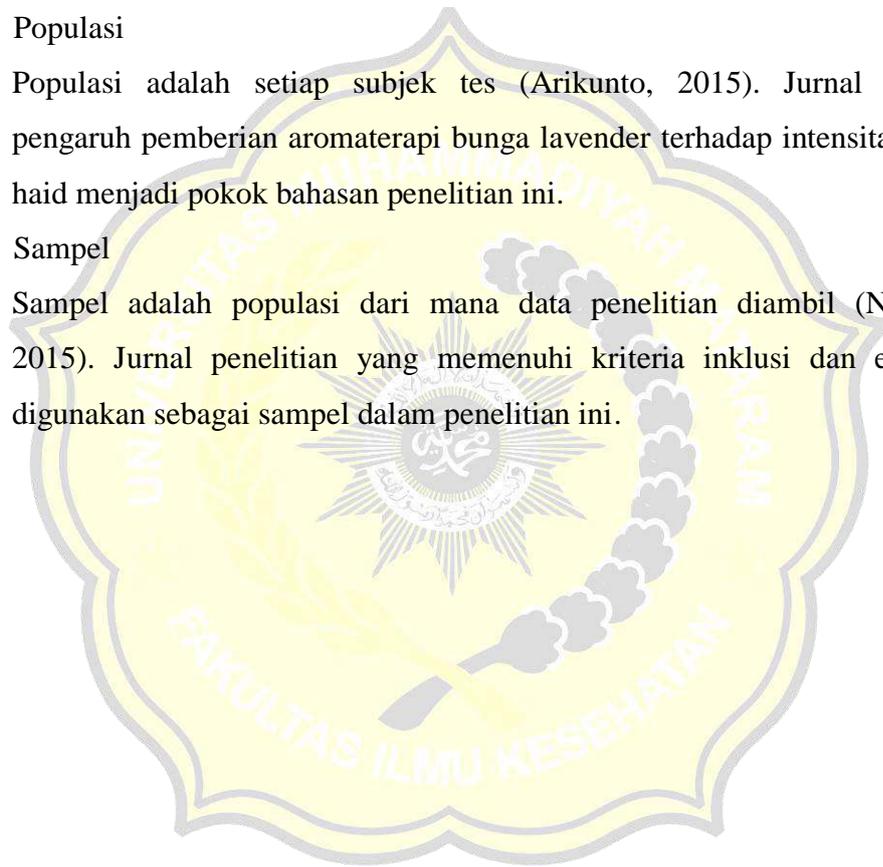
Sampel adalah seseorang atau sekelompok orang berarti tidak akan ada uji coba. Dengan asumsi tidak ada populasi, maka dapat ditarik kesimpulan tentang populasi dan sampel sebagai berikut:

1. Populasi

Populasi adalah setiap subjek tes (Arikunto, 2015). Jurnal tentang pengaruh pemberian aromaterapi bunga lavender terhadap intensitas nyeri haid menjadi pokok bahasan penelitian ini.

2. Sampel

Sampel adalah populasi dari mana data penelitian diambil (Nawawi, 2015). Jurnal penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini.



a. Kriteria inklusi:

- 1.) Terbitan minimum 2010 -2020
- 2.) Terpublikasi secara nasional
- 3.) Terindeks oleh google scholar
- 4.) Jurnal full teks

b. Kriteria eksklusi

- 1.) Jurnal terbitan lebih dari 5 tahun
- 2.) Jurnal tidak full teks

Tabel 1.2 Populasi dan sampel jurnal yang direview

No	Judul Jurnal	Populasi dan Sampel	Teknik Sampling
1.	pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri disminorea pada siswi SMK Negeri 2 Sewon Bantul	Populasi : siswa yang mengalami nyeri haid Sampel : sebanyak 30 siswa	<i>Experimental</i>
2.	Pengaruh aromaterapi bunga lavender (<i>Lavandul angustifolia</i>) terhadap intensitas nyeri haid (dismenore) pada mahasiswa stikes madani yogyakarta	Populasi :mahasiswa yang mengalami nyeri haid Sampel :sebanyak 20 mahasiswa	<i>Purposive sampling</i>
3.	Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri haid (<i>dismenore primer</i>) di asrama putri stikes banyuwangi.	Populasi : tingkat nyeri haid di asrama putri Sampel : sebanyak 19 Responden	<i>Pra eksperimental</i>

E. Sumber Data

Data sekunder digunakan dalam penelitian ini. Data sekunder adalah data yang tidak diamati secara langsung. Sebaliknya, informasi yang dikumpulkan dari studi sebelumnya telah terbukti dapat diandalkan. Laporan ilmiah primer atau asli yang diterbitkan dalam artikel atau jurnal (cetak dan/atau elektronik) merupakan contoh sumber data sekunder. Aplikasi Google Cendekia digunakan untuk melakukan investigasi secara online.

F. Prosedur Penelitian

1. Pengumpulan Jurnal Penelitian

Basis data elektronik yang dikenali atau diindeks oleh Google Cendekia digunakan untuk mengumpulkan jurnal penelitian. Kata kunci seperti "efek aromaterapi bunga lavender" dan "intensitas ketidaknyamanan menstruasi" digunakan dalam pencarian jurnal.

2. Penyeleksian Jurnal Penelitian

Strategi berikut dapat digunakan untuk mempersempit pilihan untuk jurnal akademik: sebagai berikut:

kriteria jurnal. Jurnal dipilih berdasarkan:

- 3. Intensitas nyeri haid dan penggunaan aromaterapi bunga lavender sebagai topik jurnal**
- 4. Tahun terbit jurnal minimal tahun 2015.**

Untuk memudahkan tahap seleksi, dapat dibuat tabel temuan jurnal penelitian berdasarkan database. Yaitu sebagai berikut:

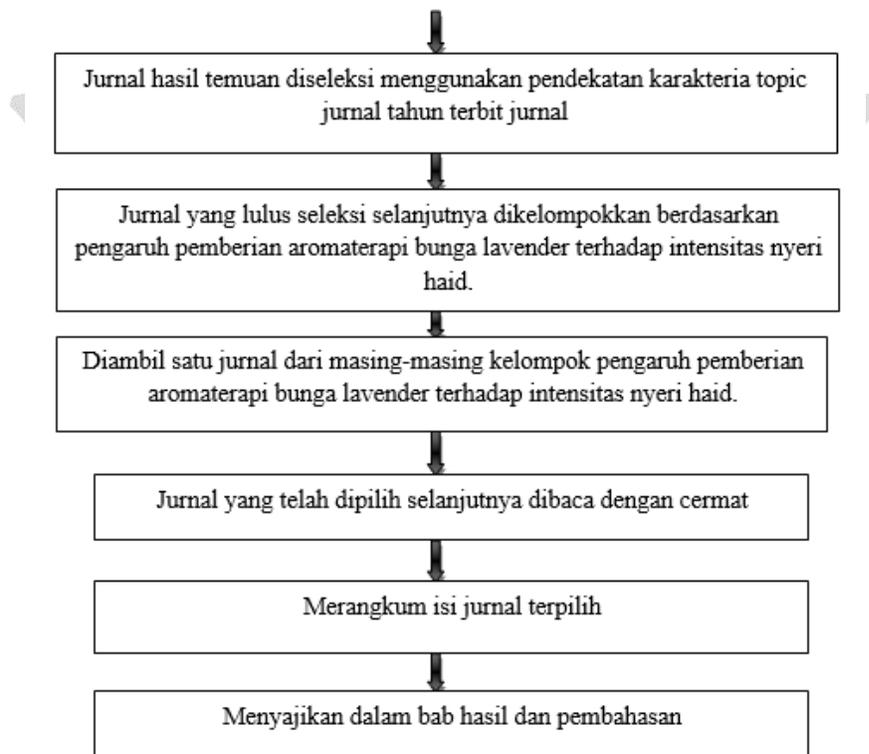
Table 1.3 Hasil Temuan Jurnal Penelitian

Data Base	Temuan	Literatur Terpilih
Google scholar	11	5
Jumlah	11	5

G. Hipotesis

Ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri dismenore pada remaja putri.

H. Alur Penelitian Study Literatur *Riview*



Gambar 1.5 Alur Penelitian Studi Literatur