



**PENGARUH AROMATERAPI KAYU MANIS TERHADAP
DISMENORE PADA MAHASISWI S1 ILMU
KEPERAWATAN UNISSULA ANGKATAN 2020**

SKRIPSI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh:

Nisa Utami Nurcahyani

NIM: 30901900153

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2023



**PENGARUH AROMATERAPI KAYU MANIS TERHADAP
DISMENORE PADA MAHASISWI S1 ILMU
KEPERAWATAN UNISSULA ANGKATAN 2020**



SKRIPSI

Oleh:

Nisa Utami Nurcahyani

NIM: 30901900153

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

**PENGARUH AROMATERAPI KAYU MANIS TERHADAP DISMENORE
PADA MAHASISWI S1 ILMU KEPERAWATAN UNISSULA ANGKATAN
2020**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Nisa Utami Nurcahyani

NIM : 30901900153

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada:

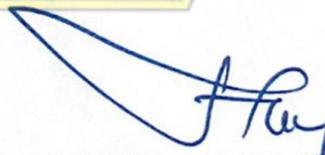
Pembimbing I **UNISSULA** Pembimbing II

Tanggal : Januari 2023

Tanggal : Januari 2023



Ns. Hernandia Distinarista, M.Kep
NIDN. 06-0209-8503



Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIDN. 06-0906-7504

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**PENGARUH AROMATERAPI KAYU MANIS TERHADAP DISMENORE
PADA MAHASISWI S1 ILMU KEPERAWATAN UNISSULA ANGKATAN
2020**

disusun oleh:

Nama : Nisa Utami Nurcahyani

NIM : 30901900153

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 14 Februari 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Apriliani Yulianti W. M.Kep., Sp.Kep. Mat
NIDN. 06-1804-8901

Penguji II,

Ns. Hernandia Distinarista, M.Kep
NIDN. 06-0209-8503

Penguji III,

Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep.,Sp.Kep.Mat
NIDN. 06-0906-7504



Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan

Iwan Ardian, SKM.,M.Kep.

NIDN. 06-2208-7404

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, Januari 2023

Mengetahui,
Wakil Dekan I


Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep.,Sp.Kep.Mat

Peneliti


Nisa Utami Nurcahyani


METERAI
TELAPEL
26BAJX974001940

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 5-6)

PERSEMBAHAN:

Alhamdulillah dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT dan atas berkah, rahmat, hidayah, serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Bapak (Cahyono) dan Ibu (Siti Nuryati) tercinta.
2. Muhammad Rezki Wira Saputra, teman hidup yang penulis sayangi.
3. Civitas Akademika UNISSULA.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah robbal'alamin

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, atas rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugasnya dalam mengerjakan skripsi penelitian ini sebagai syarat untuk memenuhi persyaratan yang ditetapkan dari kampus untuk menjadi sarjana keperawatan dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa penulis tidak akan bisa mewujudkan cita-citanya menjadi seorang perawat tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu saya ucapkan terimakasih yang sedalam dalamnya penulis sampaikan kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. Gunarto, S.H, S.E.Akt, M.Hum Selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Bapak Iwan Ardian SKM. M.Kep. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Ibu Ns. Indra Tri Astuti, M.kep, Sp.Kep.An selaku kaprodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ibu Ns. Hernandia Distinarista, M.Kep selaku Dosen pembimbing I dan Ibu Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep.,Sp.Mat selaku Dosen pembimbing II yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan bimbingan dan ilmu serta nasehat yang bermanfaat dalam menyusun skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Pengajar dan Staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis selama menempuh studi.

6. Kepada Orang tua yang penulis sayangi, Bapak Cahyono dan Ibu Siti Nuryati yang selalu memberikan dukungan dan doa untuk penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh keluarga penulis yang selalu memberikan suport dan semangatnya kepada penulis dalam mengerjakan skripsi.
8. Muhammad Rezki Wira Saputra, SH, MKn teman dekat penulis yang selalu memberi dorongan motivasi serta senantiasa membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman angkatan 2019 Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
10. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis meminta maaf apabila ada kata-kata atau kalimat yang kurang berkenan dalam penulisan skripsi ini, karena penulis sadar bilamana skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, Amin. Sekian dan terimakasih.

Penulis



Nisa Utami Nurcahyani

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined. v
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teori.....	8

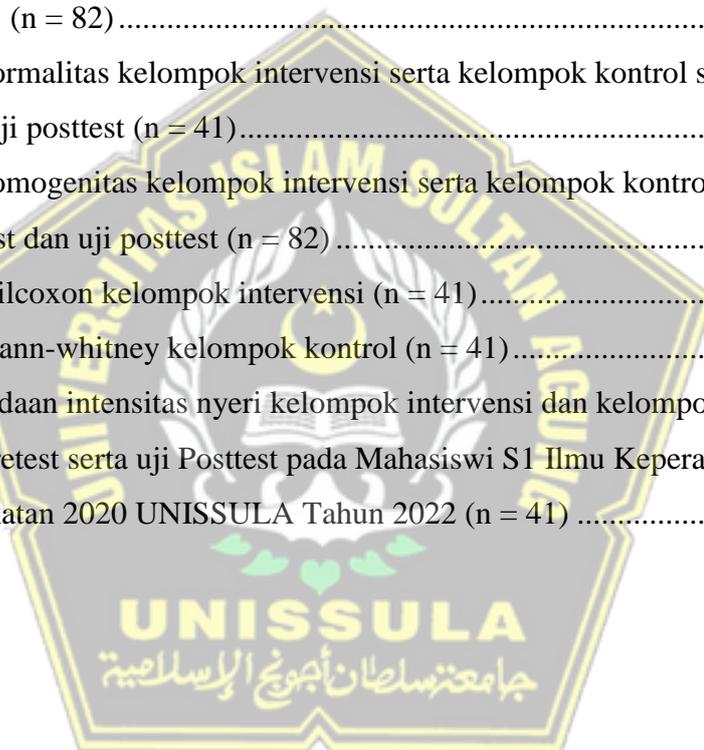
1. Menstruasi.....	8
a. Definisi Menstruasi	8
b. Siklus Menstruasi	8
c. Faktor-faktor yang Memengaruhi Menstruasi.....	9
2. Dismenore	10
a. Definisi Dismenore.....	10
b. Klasifikasi Dismenore	11
c. Etiologi dan Faktor Risiko Dismenore	12
d. Manifestasi Klinis Dismenore	15
e. Derajat Tingkat Dismenore	15
3. Aromaterapi Kayu Manis.....	16
a. Definisi Aromaterapi	16
b. Definisi Kayu Manis.....	16
c. Aromaterapi Kayumanis.....	16
d. Pengaruh Aromaterapi Kayu manis terhadap Dismenore	18
B. Kerangka Teori	18
C. Hipotesis.....	19
1. Hipotesis (Ho).....	19
2. Hipotesis Alternatif (Ha).....	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	20
A. Kerangka Konsep	20
B. Variabel Penelitian	20
1. Variabel bebas (Variabel Independen).....	20
2. Variabel terikat (Variabel Dependent).....	21
C. Jenis dan Desain Penelitian	21

D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	22
1. Populasi.....	22
2. Sampel.....	22
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
1. Tempat Penelitian	24
2. Waktu Penelitian	24
F. Definisi Operasional	24
G. Instrumen dan Alat Pengumpulan Data.....	25
1. Instrumen Data.....	25
2. Validitas dan Reliabilitas	25
H. Alur Intervensi Penelitian.....	26
I. Metode Pengumpulan Data	27
1. Jenis Data	27
2. Teknik Pengumpulan Data.....	27
J. Rencana Analisa Data.....	29
1. Analisa Data Univariat.....	29
2. Analisa Data Bivariat.....	29
K. Etika Penelitian.....	29
1. Privacy	30
2. Anonymity	30
3. Informed Consent.....	30
4. Autonomy.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN	31
A. Gambaran Umum	31
B. Karakteristik Responden.....	31

1. Analisa Univariat	32
a. Umur.....	32
b. Tingkat Nyeri Dismenore	32
2. Analisa Bivariat.....	33
a. Uji Normalitas	33
b. Uji Homogenitas.....	34
c. Perbedaan Intensitas Nyeri Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	36
BAB V PEMBAHASAN.....	38
A. Pengantar Bab.....	38
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	38
C. Keterbatasan Penulis.....	44
D. Implikasi Untuk Keperawatan.....	44
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Simpulan.....	45
B. Saran	46
1. Bagi Mahasiswi Ilmu Keperawatan.....	46
2. Bagi Tenaga Kesehatan.....	46
3. Bagi Masyarakat	46
DAFTAR PUSTAKA	48

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Desain Penelitian	21
Tabel 3. 2. Definisi Operasional	24
Tabel 4. 1. Distribusi frekuensi dismenore berdasarkan Umur pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA Tahun 2022 (n = 82)....	32
Tabel 4. 2. Distribusi frekuensi dismenore berdasarkan tingkat nyeri dismenore pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA Tahun 2022 (n = 82).....	32
Tabel 4. 3. Uji normalitas kelompok intervensi serta kelompok kontrol saat uji pretest dan uji posttest (n = 41).....	34
Tabel 4. 4. Uji homogenitas kelompok intervensi serta kelompok kontrol saat uji pretest dan uji posttest (n = 82).....	34
Tabel 4. 5. Uji wilcoxon kelompok intervensi (n = 41).....	35
Tabel 4. 6. Uji mann-whitney kelompok kontrol (n = 41).....	35
Tabel 4. 7. Perbedaan intensitas nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol saat uji Pretest serta uji Posttest pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA Tahun 2022 (n = 41)	36



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. <i>Numerik Rating Scale (NRS)</i>	15
Gambar 2. 2. Kerangka Teori Penelitian.....	19
Gambar 3. 1. Kerangka Konsep Penelitian	20
Gambar 3. 2. Alur Intervensi Penelitian	26



DAFTAR LAMPIRAN

- LAMPIRAN 1. Daftar Riwayat Hidup
- LAMPIRAN 2. Surat Keterangan Lolos Etik
- LAMPIRAN 3. Surat Ijin Penelitian
- LAMPIRAN 4. Surat Ijin Menggunakan Kuesioner
- LAMPIRAN 5. Permohonan Menjadi Responden
- LAMPIRAN 6. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- LAMPIRAN 7. Karakteristik Responden
- LAMPIRAN 8. Instrumen Penelitian (Pre test)
- LAMPIRAN 9. Tabulasi Penelitian Pre Test
- LAMPIRAN 10. Instrumen Penelitian (Post test)
- LAMPIRAN 11. Tabulasi Penelitian Post Test
- LAMPIRAN 12. Hasil SPSS
- LAMPIRAN 13. Catatan Hasil Konsultasi/Bimbingan
- LAMPIRAN 14. Dokumentasi Penelitian
- LAMPIRAN 15. Lampiran Jadwal Kegiatan Penelitian



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Januari 2023**

ABSTRAK

Nisa Utami Nurcahyani

**PENGARUH AROMATERAPI KAYU MANIS TERHADAP DISMENOIRE
PADA MAHASISWI S1 ILMU KEPERAWATAN UNISSULA ANGKATAN
2020**

81 halaman + 9 tabel + 4 gambar + 15 lampiran + xvii

Latar Belakang: Menstruasi merupakan keluarnya darah dari vagina yang terjadi sebagai dampak dari siklus bulanan. Gangguan yang sering dialami oleh para wanita saat menstruasi yaitu dismenore atau nyeri haid. Terdapat beberapa cara penyembuhan dalam menangani dismenore, salah satunya yaitu menggunakan aromaterapi kayu manis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari aromaterapi kayu manis terhadap tingkat nyeri dismenore pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA.

Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian quasi eksperimen yang terdiri dari kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pengumpulan data dilakukan dengan kuisioner. Jumlah responden sebanyak 82 responden dengan teknik *nonequivalent control group design*. Data yang diperoleh diolah secara statistik dengan menggunakan metode tes nonparametrik uji wilcoxon dan uji mann-whitney.

Hasil: Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa keseluruhan responden berumur di rentang 17-25 tahun sebanyak 84 responden (100%). Ketika melakukan uji wilcoxon pada kelompok intervensi, didapatkan nilai p value $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan dalam kelompok intervensi antara uji pretest dengan uji posttest. Sedangkan ketika melakukan uji mann-whitney pada kelompok kontrol, didapatkan nilai p value $0,653 > 0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kelompok kontrol antara uji pretest dengan uji posttest.

Simpulan: Aromaterapi kayu manis mempunyai pengaruh yang efektif dalam menurunkan derajat dismenore pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA, dengan nilai hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$.

Kata Kunci: Dismenore, Aromaterapi, Kayu Manis

Daftar Pustaka: 32 (2018-2023)

BACHELOR OF SCIENCE IN NURSING
FACULTY OF NURSING SCIENCE
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Thesis, Januari 2023

ABSTRACT

Nisa Utami Nurcahyani

**THE EFFECT OF CINNAMON AROMATHERAPY ON DYSMENORHEA
IN UNISSULA S1 NURSING STUDENTS CLASS OF 2020**

81 pages + 9 tables + 4 pictures + 15 attachments + xvii

Background: Menstruated is the discharge of blood from the vagina that occurs as a result of the monthly cycle. Disorders that are often experienced by women during menstruation are dysmenorrhea or menstrual pain. There are several ways of healing in dealing with dysmenorrhea, one of which is using cinnamon aromatherapy. The purpose of this study was to determine whether or not there was an effect of cinnamon aromatherapy on the level of dysmenorrhea pain in 2020 UNISSULA Bachelor of Nursing students.

Methods: This research is a type of quasi-experimental research consisting of an experimental class and a control class. Data collection is done by questionnaire. The number of respondents was 82 respondents using the nonequivalent control group design technique. The data obtained was processed statistically using the non-parametric test method, the Wilcoxon test and the Mann-Whitney test.

Results: Based on the results of the study, it was found that all respondents aged 17-25 years were 84 respondents (100%). When carrying out the Wilcoxon test in the intervention group, a p value of $0.000 < 0.05$ was obtained, which means that there was a significant difference in the intervention group between the pretest and posttest tests. Meanwhile, when carrying out the Mann-Whitney test in the control group, a p value of $0.653 < 0.05$ was obtained, which means that there was no significant difference between the pretest and posttest control groups.

Conclusion: Cinnamon aromatherapy has an effective effect on reducing the degree of dysmenorrhea in undergraduate students of Nursing Science Class of 2020 UNISSULA, with the value of statistical test results using the Wilcoxon test obtained $p = 0.000$.

Keywords: Dysmenorrhea, Aromatherapy, Cinnamon

Bibliography: 32 (2018-2023)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menstruasi yaitu proses keluarnya darah dari rahim melalui alat reproduksi setiap bulan. Idealnya, siklus menstruasi anda harus sesuai, dan setiap siklus berlangsung antara 21-35 hari. Siklus menstruasi yang normal secara fisiologis merupakan hal untuk menuju alat kelamin yang sehat dan tidak bermasalah. Menstruasi sendiri terkadang menimbulkan pertanyaan pada wanita. Pertama, mereka tidak mampu menangani perubahan, dan kedua, perubahan tersebut membawa masalah. Salah satu masalah yang dialami wanita saat menstruasi yaitu dismenore (nyeri haid) (Juliana et al., 2019).

Dismenore adalah kram menstruasi akibat kontraksi otot rahim selama pendarahan menstruasi serta dapat berlangsung 32 hingga 48 jam. Kondisi ini dianggap normal selama menstruasi dan dikaitkan dengan berbagai tingkat rasa sakit. Wanita yang mengalami dismenore menghasilkan prostaglandin lebih banyak dari pada tanpa dismenore, sehingga terjadi kelebihan prostaglandin yang mengaktifkan usus besar (Anjarsari & Sari, 2020).

Data *World Health Organization* (WHO) membuktikan bahwa dismenore terjadi pada 1.769.425 wanita (90%), di antaranya 10-15% mengalami dismenore berat. Di Indonesia yang menderita dismenore hampir 64,25%, dimana sekitar 54,89% menderita dismenore primer dan

sisanya menderita dismenore sekunder (Anjarsari & Sari, 2020). Mayoritas dismenore yang terjadi pada masa remaja tergolong dismenore primer. Berdasarkan hasil survei, di Kota Semarang hampir 83,3% wanita mengalami dismenore ringan dan 16,7% wanita mengalami dismenore berat. Pada wanita, dismenore muncul sebagai dismenore primer (kram menstruasi normal). Ada beberapa faktor risiko yang berkontribusi terhadap dismenore primer, termasuk riwayat keluarga, usia, menarche dini (<12 tahun), dan siklus menstruasi panjang (Goleman et al., 2019).

Bagi wanita yang mengalami nyeri ringan, nyeri tersebut hanya berlangsung sesaat dan butuh sedikit istirahat (duduk atau berbaring) untuk mengurangi nyeri tersebut. Terlebih lagi, anda tidak memerlukan obat penghilang rasa sakit dan dapat terus beraktivitas. Untuk wanita dengan kram menstruasi sedang, obat diperlukan untuk menghilangkan rasa sakit. Pada saat yang sama, wanita dengan kram menstruasi yang berat seringkali membutuhkan istirahat yang lebih lama dan pengobatan sesuai anjuran dokter (Anjarsari & Sari, 2020).

Dismenore atau nyeri haid sebenarnya tidak berbahaya, tetapi dapat mempengaruhi dan mengganggu kemampuan seorang wanita untuk melakukan aktivitas sehari-hari sehingga membuatnya kurang produktif. Beberapa bahkan pergi ke dokter dan terapis pijat untuk menghilangkan rasa sakit, mulai dari sakit parah yang mengharuskan mereka tertidur, bergerak, menangis, atau bahkan berbaring tengkurap (Goleman et al., 2019).

Dismenore biasanya terjadi pada wanita berusia antara 16 dan 25 tahun. Hal ini juga terkait dengan usia setiap wanita saat menarche, dan faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan dismenore (Kulkarni & Deb, 2019). Rafique & Al-Sheikh (2018) menyatakan bahwa tingkatan stres dan fisik juga dapat mempengaruhi tingkatan kram menstruasi (Lestari et al., 2018).

Terdapat beberapa cara dalam mengurangi gejala dismenore, baik dengan penyembuhan dengan obat maupun tanpa obat. Penyembuhan dengan obat disebut farmakologi. Obat farmakologi yang umum digunakan adalah analgesik dan obat anti inflamasi seperti asam mefenamat, ibuprofen dan lain-lain. Sedangkan penyembuhan tanpa obat disebut nonfarmakologi. Penyembuhan dengan nonfarmakologi biasanya digunakan untuk mengatasi dismenore primer. Beberapa penyembuhan nonfarmakologi yaitu seperti olahraga teratur, kompres hangat, air minum, istirahat, terapi, dan relaksasi (Aritonang, 2019).

Salah satu penyembuhan nonfarmakologi yang biasa digunakan wanita untuk mengurangi rasa nyeri ketika dismenore yaitu relaksasi. Salah satu cara relaksasi yaitu dengan menggunakan aromaterapi. Ada banyak jenis aromaterapi seperti jeruk, kemangi, jahe, lemon, pohon teh, kenanga, lavender, dan kayu manis (Mokoginta et al., 2021).

Salah satu aromaterapi yang dapat menyembuhkan dismenore adalah penggunaan aromaterapi kayu manis. Kayu manis merupakan rempah-rempah yang telah digunakan di seluruh dunia selama ribuan

tahun. Ketersediaannya yang siap pakai dan harga yang relatif murah, membuat kayu manis (*Cinnamomum*) menjadi salah satu terapi relaksasi dalam penyembuhan nyeri haid (dismenore). Dengan menyajikan bahan aktif dan turunannya yang telah diuji secara *in vitro* yang ternyata memiliki efek farmakologis berupa anti jamur, anti kardiovaskular, anti kanker, anti inflamasi, dan efek anti inflamasi, dll. Senyawa aktif dalam kandungan kayu manis antara lain *mualdehid* (55-57%), *eugenol* (5-18%), *cinnamaldehyde*, *synzeiranin*, *synzeiranol*, *arabinoxylan*, *2-hydroxycinnamaldehyde*, dan *2-benzyloxy-cinnamaldehyde* (Evayanti & Hidayat, 2019). *Cinnamaldehyde* memiliki sifat antispasmodik untuk meredakan kram perut, sedangkan *eugenol* dapat mencegah sintesis prostaglandin serta mengurangi peradangan (Maharianingsih & Poruwati, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi di Universitas Sumatera Utara yang berjudul, “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Kayu Manis (*Cinnamomum Burmanni*) Terhadap Derajat Dismenore Primer Pada Siswi SMA Swasta Al-Ulum Medan”, dapat disimpulkan bahwa aromaterapi kayu manis memiliki efek yang signifikan dalam mengurangi tingkat nyeri akibat dismenore dan tidak ada efek samping yang ditimbulkan (Puteri, 2018).

Di Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA, terdapat sebanyak 103 mahasiswi yang mengalami dismenore ketika menstruasi. Dari semua kategori tingkat nyeri yang ada, nyeri sedang

mendominasi sebanyak 62,19% dari mahasiswi yang mengalami dismenore.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Aromaterapi Kayu Manis Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Unissula Angkatan 2020”.

B. Perumusan Masalah

Di Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA, sebanyak 57,23% mahasiswi mengalami dismenore ketika menstruasi. Angka tersebut menunjukkan bahwa tingkat penderita dismenore ketika menstruasi masih tinggi. Dismenore merupakan nyeri haid ketika menstruasi. Banyak penderita dismenore yang susah untuk beraktivitas akibat nyeri haid (dismenore). Ada beberapa upaya penyembuhan yang bisa mengurangi nyeri dismenore, salah satunya dengan menggunakan aromaterapi kayu manis. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan suatu pertanyaan yaitu “apakah ada pengaruh aromaterapi kayu manis terhadap tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Unissula Angkatan 2020?”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat tujuan di penelitian ini yang dibedakan menjadi tujuan umum dan tujuan khusus yaitu:

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari aromaterapi kayu manis terhadap tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui karakteristik demografi umur pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA.
- b. Untuk mengetahui kondisi tingkat nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum diberikan aromaterapi kayu manis (pretest) pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA.
- c. Untuk mengetahui kondisi tingkat nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan aromaterapi kayu manis (posttest) pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA.
- d. Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi kayu manis terhadap dismenore pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diharapkan dari penelitian ini berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai. Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Mahasiswi Ilmu Keperawatan Unissula

Penelitian ini agar jadi acuan mahasiswi ilmu keperawatan di penelitian selanjutnya tentang gangguan dismenore.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini agar jadi salah satu terapi penyembuhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan jika terdapat pasien yang mengalami dismenore.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat mengedukasi masyarakat umum khususnya wanita dalam mengambil tindakan penyembuhan menggunakan aromaterapi kayu manis ketika mengalami dismenore.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Menstruasi

a. Definisi Menstruasi

Menstruasi merupakan proses keluarnya darah dari rahim melalui vagina selama usia reproduksi. Idealnya, menstruasi yang sehat mempunyai siklus selama 21-35 hari. Siklus menstruasi yang normal secara fisiologis merupakan hal agar alat kelamin sehat dan tidak bermasalah. Wanita biasanya memulai menstruasi pertama mereka pada usia 10 tahun, tetapi terlambat atau lebih awal. (Juliana et al., 2019).

Durasi pendarahan menstruasi bervariasi lamanya, biasanya 4-6 hari, tetapi secara fisiologis dianggap 2-9 hari. Keadaan ini disebabkan oleh tidak ada pembuahan oleh sel sperma di dalam sel telur. Selain itu juga dikarenakan lapisan endometrium yang tebal (lapisan dinding rahim) (Oliver, 2019).

b. Siklus Menstruasi

Siklus dalam menstruasi ialah periode dari hari pertama hingga awal siklus selanjutnya, dan lama siklus menstruasi merupakan antara hari pertama periode menstruasi sebelumnya ke awal berikutnya (Oliver, 2019).

Wanita mengalami menstruasi selama hidupnya, dari menarche sampai menopause. Suatu siklus dianggap sehat jika menstruasi antara hari pertama sampai hari pertama selanjutnya ialah 21 sampai dengan 35 hari. Periode menstruasi berlangsung selama 3-7 hari, dan volume saat menstruasi tidak lebih dari 80 ml. Dua siklus terjadi secara bersamaan dalam proses menstruasi: siklus ovarium dan siklus endometrium. Siklus ovarium terdapat beberapa fase yaitu fase luteal, folikular, dan ovulasi. Siklus endometrium terdiri dari tiga fase: proliferaatif, sekretori, dan menstruasi (Oliver, 2019).

c. Faktor-faktor yang Memengaruhi Menstruasi

Oliver (2019) mengatakan bahwa ada beberapa faktor variabilitas dalam siklus menstruasi, yaitu:

1) Status Gizi (Berat Badan)

Perubahan gizi pada wanita sangat mempengaruhi fungsi menstruasi. Gizi yang menurun bisa merusak ovarium, dan berdasarkan oleh tingkat tekanan di ovarium serta durasi penurunan berat badan. Penurunan status gizi yang moderat dapat menyebabkan kondisi seseorang memburuk seperti berat badan rendah, kurus, anoreksia nervosa, serta penurunan berat badan parah disertai dengan amenorrhoea.

2) Aktifitas Fisik

Aktivitas untuk fisik yang sedang serta berat bisa mengganggu menstruasi, karena merangsang *gonadotropin-releasing hormone* (GnRH) serta penghambatan aktivitas gonadotropin, akhirnya kadar estrogen serum turun.

3) Stress

Stres menginduksi perubahan sistemik pada sistem saraf tubuh, terutama hipotalamus, lewat berubahnya prolaktin opiat endogen, dengan dipengaruhi peningkatan kortisol basal serta penurunan *hormone lutein* (HL).

2. Dismenore

a. Definisi Dismenore

Dismenore ialah gangguan yang dirasakan oleh wanita pada saat awal menstruasi. Dismenore merupakan kondisi yang sangat menyakitkan. (Adlin, 2020).

Dismenore merupakan kondisi menstruasi yang menyakitkan terkait dengan ovulasi dan tidak terkait dengan penyakit panggul. Dismenore didefinisikan sebagai kram menstruasi yang menyakitkan atau nyeri yang berasal dari rahim. Hal ini adalah kondisi ginekologi umum yang dapat mempengaruhi hingga 50% wanita (Amalia, 2020).

Dismenore adalah nyeri yang dirasakan saat menstruasi dan disebabkan oleh kejang otot rahim. Dismenore terjadi karena

endometrium mengandung sejumlah besar prostaglandin. Karena prostaglandin mencapai konsentrasi maksimumnya pada awal menstruasi, menyebabkan kontraksi otot rahim yang kuat, yang dapat membatasi pertumbuhan darah dan menyebabkan iskemia, pelarutan, pendarahan atau nyeri (Trisnawati, 2020). Oleh karena itu, dismenore ialah nyeri saat menstruasi pada wanita.

b. Klasifikasi Dismenore

1) Dismenore Primer

Dismenore primer sering dirasakan oleh wanita, penyebabnya ialah produksi prostaglandin yang meningkat. Dismenore primer akan terasa dua hingga tiga hari sebelum dan sesudah menstruasi. Dismenore primer tidak berhubungan dengan gangguan ginekologi. Insiden dismenore primer tergantung pada usia, ras, genetik, atau status ekonomi. Selain itu, intensitas nyeri dan durasinya juga berhubungan dengan usia saat menarcho, lama menstruasi, merokok, dan peningkatan indeks massa tubuh (IMT) (Mau et al., 2020).

2) Dismenore sekunder

Dismenore sekunder disebabkan oleh gangguan pada rahim seperti terdapat alat kontrasepsi di rahim (AKDR) atau endometriosis. Endometriosis merupakan penyakit cangkok bagian endometrium terdapat di lokasi ektopik di dalam rongga perut (Adlin, 2020).

c. Etiologi dan Faktor Risiko Dismenore

1) Etiologi Dismenore Primer

Dismenore primer ditandai dengan kadar prostaglandin (PG) yang berlebihan yang dipicu oleh sekresi F2-alfa endometrium. Kadar prostaglandin menyebabkan peningkatan tonus uterus dan kontraksi dinding rahim sehingga menimbulkan nyeri (Hutagaol et al., 2018). Beberapa faktor yg berhubungan dismenore utama adalah:

a) Usia Menarche

Menarche ialah waktu saat pertama menstruasi pada remaja wanita dan menandai awal pubertas. Usia ideal untuk menarche adalah remaja antara usia 12-14 tahun (Affa et al., 2019). Pada remaja di bawah usia 12 tahun, yang mengalami menarche dini, Alat kelamin belum siap untuk perubahan struktural, leher rahim masih dianggap terlalu sempit, meningkatkan intensitas nyeri saat menstruasi.

b) Lama Menstruasi

Menstruasi biasanya berlangsung 5-7 hari dalam siklus 28 hari per bulan. Periode menstruasi dengan waktu lebih dari tujuh hari disebut hipermenore, dan kurang dari 5 hari disebut hipomenore. Panjang menstruasi yang tidak normal merupakan tanda adanya gangguan endokrin yang

mempengaruhi sistem reproduksi (Chowdhury & Chakraborty, 2018). lamanya menstruasi berpengaruh terhadap terjadinya dismenore. Semakin lama menstruasi berlangsung, semakin banyak dismenore yang dirasakan karena semakin banyak hormon prostaglandin yang diproduksi di dalam rahim, yang dapat meningkatkan intensitas nyeri yang dirasakan.

c) Siklus Menstruasi

Menstruasi ialah periode antara hari menstruasi pertama ke selanjutnya. Siklus yang normal yaitu 28-35 hari, serta siklus menstruasi adalah 7 hari. Siklus menstruasi dapat dipengaruhi oleh suasana hati, pola makan, dan aktivitas fisik (Foster et al., 2019).

Siklus menstruasi yang terganggu merupakan manifestasi klinis dari penyakit pada alat reproduksi wanita. Menstruasi yang tidak sesuai dapat menyebabkan peningkatan pesat jumlah darah yang bocor selama menstruasi, yang bisa sangat menyakitkan (Chen et al., 2018).

2) Etiologi Dismenore Sekunder

Dismenore sekunder biasanya disebabkan oleh kondisi medis yang tidak biasa. Saat menstruasi terjadi, kadar prostaglandin (PG) meningkat dan berhubungan dengan

gangguan sistem reproduksi seperti menurut (Osuga et al., 2020):

a) Endometriosis

Endometriosis merupakan sesuatu hal yang endometrium tumbuh di luar rahim. Situs endometriosis yang paling umum adalah panggul, ovarium, dan peritoneum. Ini juga sering terjadi di saluran tuba atau di luar rongga rahim. Jaringan ini memiliki tekstur yang sama dengan endometrium normal. Artinya, dikeluarkan dengan cara koagulasi, tetapi karena berada di luar rahim, darah yang kental tidak keluar dan mengendap. Aliran darah ini menyebabkan rasa sakit yang parah saat menstruasi. Ini karena darah mengendap dan mengiritasi jaringan di sekitarnya, yang menyebabkan jaringan parut. Gejala endometriosis adalah nyeri hebat saat menstruasi..

b) Fibroid

Fibroid rahim adalah pertumbuhan jaringan di luar rahim, di dalam rahim, dan di dinding rahim. Dalam beberapa kasus, wanita dengan fibroid tidak merasakan ketidaknyamanan atau rasa sakit. Gejala fibroid adalah jumlah darah yang dikeluarkan dari kisaran normal (> 40 ml) selama menstruasi. Durasi menstruasi lebih dari 7 hari per bulan, sering buang air kecil dan nyeri panggul.

d. Manifestasi Klinis Dismenore

Gejala utama dismenore primer adalah kram perut, kelelahan, kelemahan, sakit punggung, kecemasan, mual pramenstruasi. Dismenore sekunder punya gejala yang sesuai dengan faktornya. Pendarahan yang berlebihan atau tidak cukup, nyeri nonmenstruasi di perut bagian bawah, dan nyeri tekan di daerah panggul (Kusuma, 2019).

e. Derajat Tingkat Dismenore

Kusuma (2019) mengatakan bahwa Skala Peringkat Numerik (NRS) bisa mengukur nyeri dismenore. Derajat nyeri diukur dengan mengobjektifikasi persepsi nyeri subjektif menggunakan skala nyeri numerik 0-10.



Gambar 2.1 Numerik Rating Scale (NRS)

(Sumber: Kusuma, 2019)

Intensitas Nyeri 0 tidak nyeri, 1-3 nyeri ringan, 4-6 nyeri sedang, 7-9 nyeri berat, dan 10 nyeri sangat berat. Metode pengukuran skala dengan menandai angka yang sesuai dengan kondisi.

3. Aromaterapi Kayu Manis

a. Definisi Aromaterapi

Aromaterapi merupakan penyembuhan alternatif menggunakan bau dari wewangian aromatik. Minyak esensial aromaterapi kayu manis memiliki efek mengurangi nyeri otot, mengurangi ketegangan, stres, serta meningkatkan kesehatan. Hasil penciuman dari aromaterapi memperbaiki aktivitas neuron di otak. Dengan demikian, bau yang wangi dapat merangsang agar enfekaline dikeluarkan dari talamus, selaku pereda nyeri herbal (Yunianingrum, 2018).

b. Definisi Kayu Manis

Kayu manis ialah rempah-rempah yang telah digunakan seluruh dunia selama ribuan tahun. Pohon rempah-rempah ini terdiri dari rempah-rempah manis, pedas dan sangat lezat. Dalam Kayu manis terdapat kandungan minyak esensial, resin serta lentil yang efektif sebagai somatik, aromatik, serta analgesik dari keluarga laurel, aldehida sinamat, eugenol, linalool, caryophyllene, asam sinamat (Jahangirifar et al., 2018).

c. Aromaterapi Kayumanis

Dalam kayu manis mengandung kandungan cinnamaldehyde serta eugenol, yang meredakan rasa sakit dan menghambat biosintesis prostaglandin, dan diketahui

menyebabkan rasa sakit saat berolahraga karena peningkatan kadar prostaglandin, sehingga dismenore berperan penting dalam meredakan dismenore (dismenore) (Jahangirifar et al., 2018). Sedangkan, minyak esensial dapat melemaskan otot yang kram dan meredakan nyeri sendi. Dengan wanginya yang menyenangkan, aromaterapi kayu manis juga efektif meredakan ketegangan otot, melancarkan peredaran darah, dan meredakan kram menstruasi (Utari, 2020).

Aromaterapi yaitu salah satu penyembuhan untuk mengatasi dismenorea primer. Ahli kimia bernama Rene-Maurice Gutfoss menemukan pada tahun 1928 bahwa penggunaan aromaterapi dalam bentuk minyak esensial murni dapat memberikan manfaat mental dan fisik bila digunakan dengan benar (Utari, 2020).

Pemberian aromaterapi kayu manis dengan 5 tetes dapat berpengaruh dalam menurunkan intensitas dismenore primer. Hal ini dikarenakan aromaterapi kayu manis yang bekerja melalui sistem peredaran darah dan penciuman tubuh serta dipakai dengan inhalasi, dengan dihirup ke dalam saluran hidung (ambil 2-5 napas dalam-dalam dalam 15 menit), yang akhirnya diterjemahkan oleh otak. Penyerapan molekul aroma oleh bulbus olfaktorius dan saraf olfaktorius diteruskan ke inti olfaktorius di hidung belakang. Neuron menafsirkan bau serta mengirimkannya ke sistem limbik,

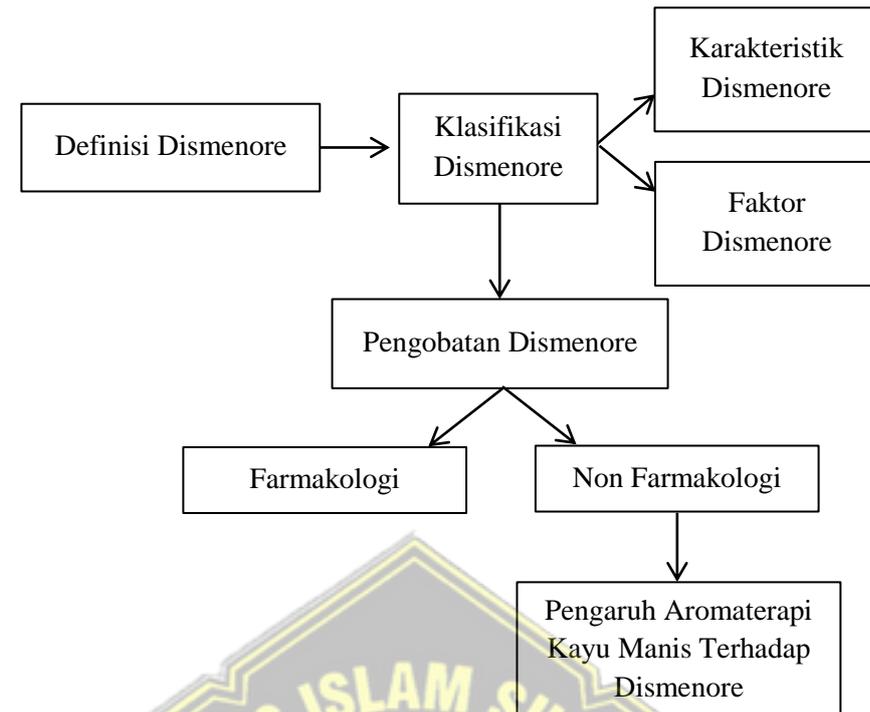
yang pada gilirannya mengirimkannya kepada hipotalamus, yang merangsangnya agar melepaskan serotonin. Serotonin meningkatkan suasana hati, dan endorfin bertindak seperti penghilang rasa sakit alami, menciptakan perasaan rileks dan tenang (Utari, 2020).

d. Pengaruh Aromaterapi Kayu manis terhadap Dismenore

Dismenore dapat ditangani secara nonfarmakologi. Tindakan nonfarmakologi yang bisa menyembuhkan dismenore primer yaitu menggunakan aromaterapi kayu manis. (Irianti, 2018). Kandungan komponen utama aromaterapi kayu manis yaitu *cinnamaldehyde* (55-57%) serta *eugenol* (5-18%). *Cinnamaldehyde* punya peran untuk antispasmodik dimana bisa mengurangi nyeri perut serta *eugenol* yang bisa mencegah perkembangan prostaglandin (Amalia, 2020).

B. Kerangka Teori

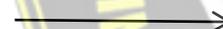
Kerangka teori yaitu penjelasan yang dijadikan sebagai bahan penelitian serta didasari oleh hasil penelitian dengan suatu gambaran. Gambaran kerangka teori pada penelitian ini yaitu:



Keterangan :



: variabel yang diteliti



: ada hubungan

Gambar 2. 2 Kerangka Teori Penelitian

(Sumber: Affa et al., 2019, Chowdhury & Chakraborty, 2018, Chen et al., 2018, Aritonang, 2019, Hutagaol et al., 2018, Utari, 2020)

C. Hipotesis

1. Hipotesis (Ho)

Tidak ada Pengaruh Aromaterapi Kayu Manis Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Unissula Angkatan 2020.

2. Hipotesis Alternatif (Ha)

Adanya Pengaruh Aromaterapi Kayu Manis Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Unissula Angkatan 2020.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep yaitu pengamatan hubungan antara variabel saat penelitian menggunakan gambar. Penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Aromaterapi kayu manis sebagai variabel independen sedangkan Dismenore sebagai variabel dependen, maka kerangka konsep penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 3. 1. Kerangka Konsep Penelitian

B. Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (Variabel Independen)

Variabel bebas atau bisa disebut variabel independen, merupakan variabel yang mempengaruhi. Variabel bebas dapat diartikan sebagai hal yang dapat merubah kondisi lain. Variable bebas dalam penelitian ini adalah aromaterapi kayu manis.

2. Variabel terikat (Variabel Dependent)

Variabel terikat atau variabel dependen ialah variabel yang disebabkan karena adanya perubahan variabel lainnya. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah dismenore.

C. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif menggunakan desain *quasy experiment* dengan rancangan *nonequivalent control group design* yang melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Desain ini terdiri dari dua kelompok yang tidak dipilih secara random. Secara rinci dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Eksperimen	O1	I	O1
Kontrol	O2	O	O2

Tabel 3. 1. Desain Penelitian

Keterangan :

O1 : kelompok eksperimen

O2 : kelompok kontrol

I : intervensi dengan aromaterapi kayu manis

O : tidak dilakukan intervensi

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi yaitu kumpulan jumlah individu yang akan dijadikan sampel. Populasi pada penelitian ini berasal dari angkatan 2020 Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula yang memenuhi kriteria penelitian dan mengisi kuesioner yaitu sebanyak 103 mahasiswa pada bulan November sampai Desember 2022.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Total populasi yang akan diteliti sebanyak 103 responden. Maka jumlah sampel penelitian ini dengan menggunakan rumus *Slovin*, yaitu:

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

$$n = \frac{103}{(1 + (103. (0,05)^2))}$$

$$n = \frac{103}{(1 + (103. 0,0025))}$$

$$n = \frac{103}{(1 + 0,2575)}$$

$$n = \frac{103}{1,2575}$$

$$n = 81,908 \text{ (dibulatkan menjadi 82 orang)}$$

Keterangan :

n : jumlah sampel minimal

N : populasi

e : error margin (misal kepercayaan 95%, maka tingkat kesalahan 5%), jadi jumlah sampel pada penelitian ini ada 14 responden.

Ada beberapa kriteria untuk menjadi responden, tergantung keinginan peneliti.

a. Kriteria Inklusi

- 1) Perempuan
- 2) Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan UNISSULA
- 3) Angkatan 2020
- 4) Mengalami dismenore / nyeri haid
- 5) Siap digunakan sebagai sampel penelitian
- 6) Tidak minum obat pereda nyeri selama pemeriksaan
- 7) Tidak menggunakan aromaterapi lain selama pemeriksaan

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Seorang mahasiswi yang alergi aromaterapi kayu manis
- 2) Seorang mahasiswi yang alergi
- 3) Mengalami penyakit ginjal

E. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di tempat kos mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2020.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilakukan pada bulan November 2022 sampai dengan Desember 2022.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan upaya untuk mengidentifikasi hal yang relevan dengan permasalahan penelitian ini.

Dalam penelitian ini Definisi operasionalnya yaitu:

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
1	Variabel Independen (Aromaterapi kayu manis)	Pemberian essensial oil/cinnamon oil di lakukan selama mengalami menstruasi.	-	-	-	-
2	Variabel Dependen (Dismenore)	Rasa sakit yang dirasakan saat menstruasi	Lembar uji pre-test dan uji post-test	Kuesioner	Tidak nyeri (0) Nyeri ringan (1-3) Nyeri sedang (4-6) Nyeri berat (7-9) Nyeri sangat berat (10)	Ordinal

Tabel 3. 2. Definisi Operasional

G. Instrumen dan Alat Pengumpulan Data

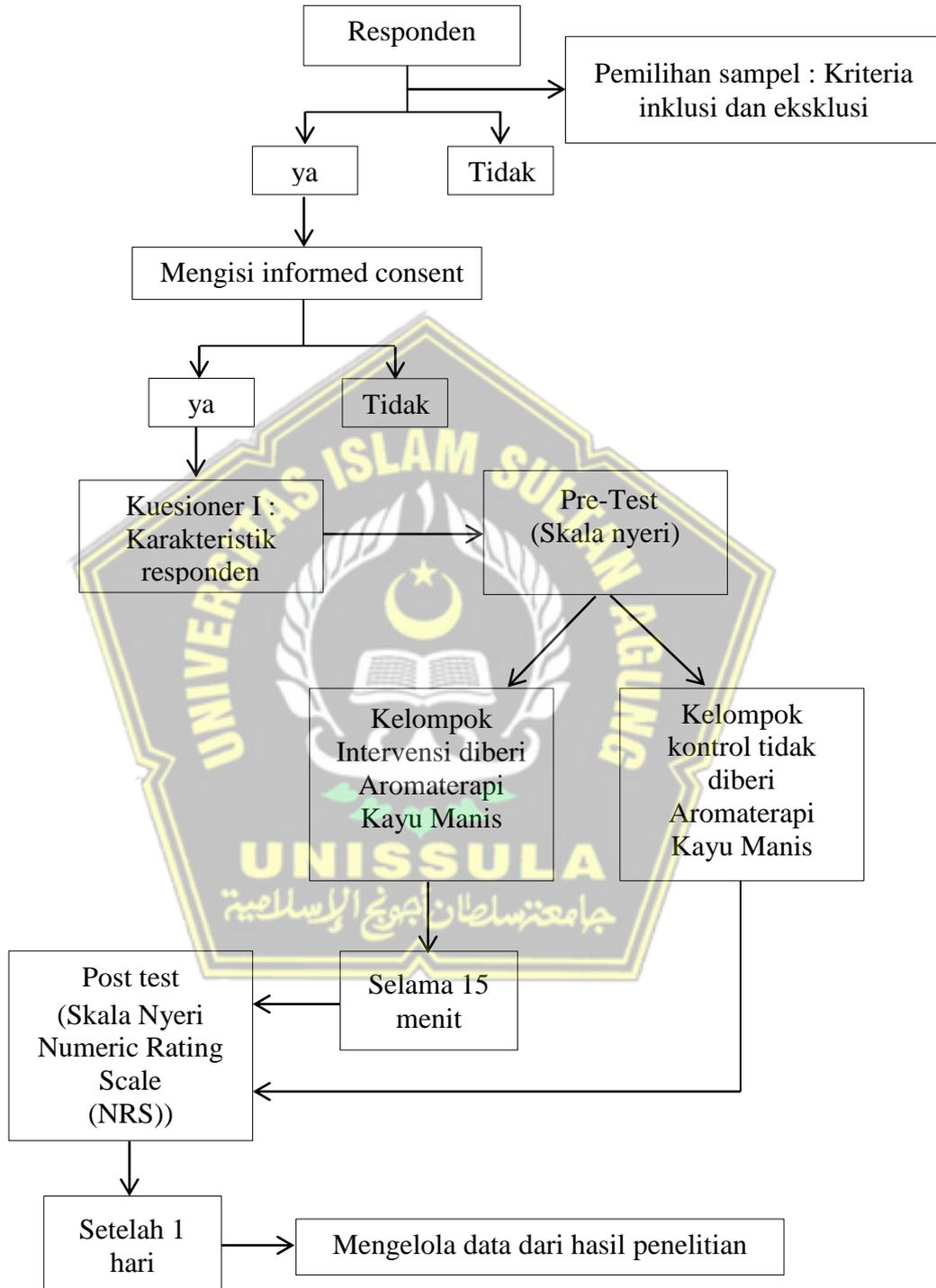
1. Instrumen Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengekstrak data dari penelitian. Alat survei meliputi lembar observasi pre-test dan post-test serta demografi. Data demografi yang terdiri dari inisial, jurusan, dan umur. Pengukuran nyeri sebelum serta sesudah intervensi dibuat dalam lembar observasi yang berisi tingkat nyeri. Skala intensitas nyeri yang digunakan adalah *Numeric Rating Scale* (NRS) dan dimaksudkan untuk membantu peneliti menilai intensitas nyeri. Terdiri dari skala 0 untuk tidak nyeri, skala 1-3 untuk nyeri ringan, skala 4-6 untuk intensitas nyeri sedang, skala 7-9 untuk intensitas nyeri berat dan Pada skala 10 untuk intensitas nyeri sangat berat.

2. Validitas dan Reliabilitas

Dalam penelitian ini, Uji validitas dan reliabilitas tidak dilakukan karena penggunaan alat ukur sudah baku yaitu pengukuran derajat nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS).

H. Alur Intervensi Penelitian



Gambar 3. 2. Alur Intervensi Penelitian

I. Metode Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Data dalam penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari kuesioner, dengan dibagikan kepada mahasiswi Fakultas Keperawatan Unissula angkatan 2020. Pengambilan data ini menggunakan *google form*. Sedangkan data sekunder dalam penelitian ini menggunakan studi dokumen dan studi kepustakaan dengan cara membaca, memahami, mengkaji, dan menganalisis jurnal-jurnal yang bersangkutan.

2. Teknik Pengumpulan Data

Langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu:

1. Peneliti meminta izin penelitian dari pihak akademik untuk melakukan penelitian di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang di Angkatan 2020.
2. Peneliti mendapatkan surat izin penelitian dari pihak akademik kemudian peneliti membuat proposal yang dibimbing oleh dosen pembimbing yang ditunjuk oleh Kepala Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Peneliti meminta izin kepada Tiar Rahmawati Dewi Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2015 perihal untuk menggunakan kuesioner yang telah mereka buat kedalam penelitian.

4. Peneliti mendapatkan izin dari Tiar Rahmawati Dewi Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2015 perihal untuk menggunakan kuesioner yang telah mereka buat kedalam penelitian.
5. Peneliti membagikan kuesioner karakteristik responden kepada Angkatan 2020 S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung.
6. Peneliti membagikan kuesioner pre-test kepada responden.
7. Peneliti membagi dua kelompok penelitian, yaitu kelompok intervensi yang akan diberi aromaterapi kayu manis dan kelompok kontrol yang tidak diberi aromaterapi kayu manis.
8. Peneliti mendapatkan responden untuk diteliti, peneliti meminta izin serta menjelaskan prosedur penelitian dan memberikan aromaterapi kayu manis kepada responden kelompok intervensi dan tidak memberikan aromaterapi kayu manis kepada responden kelompok kontrol.
9. Peneliti membagikan kuesioner post-test kepada responden kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
10. Peneliti mengumpulkan data penelitian dan menganalisa hasil dari penelitian.
11. Peneliti kemudian mengolah data dan menyimpulkan data dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

J. Rencana Analisa Data

1. Analisa Data Univariat

Dalam penelitian ini, analisa univariat terdiri dari umur dan tingkat nyeri. Peneliti menggambarkan karakteristik responden dengan melihat tingkat dismenore sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada masing-masing kelompok. Data ini ditampilkan dalam bentuk persentase dan tabel.

2. Analisa Data Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk menguji pengaruh pemberian aromaterapi pada kelompok intervensi untuk mengatasi dismenore. Dalam analisa data bivariat, kelompok intervensi dilakukan pengujian data dengan menggunakan metode nonparametrik uji wilcoxon dan kelompok kontrol menggunakan metode nonparametrik uji mann-whitney. Uji ini untuk melihat statistik pengaruh aromaterapi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan perbandingan data sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi kayu manis. Dengan menentukan kenormalan data menggunakan uji saphiro-wilk ($n < 50$), hasil yang diharapkan yaitu adanya perbedaan tingkat nyeri dalam uji pre-test dan uji post-test.

K. Etika Penelitian

Tujuan dari bab ini yaitu untuk menjaga data responden. Berikut adalah beberapa etika penelitian:

1. Privacy

Informasi dari responden hanya digunakan untuk penelitian ini.

2. Anonymity

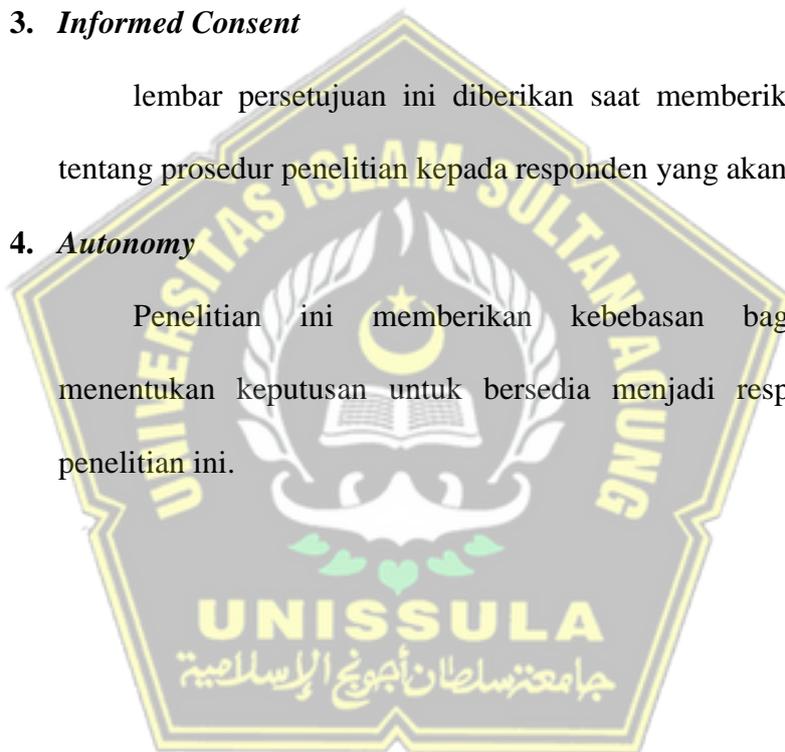
Tidak ada pencantuman nama responden pada penelitian ini, melainkan diganti dalam survei dengan menggunakan nomor dan inisial responden.

3. Informed Consent

lembar persetujuan ini diberikan saat memberikan penjelasan tentang prosedur penelitian kepada responden yang akan diteliti.

4. Autonomy

Penelitian ini memberikan kebebasan bagi responden menentukan keputusan untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum

Bab ini menguraikan data penelitian tentang pengaruh aromaterapi kayu manis terhadap dismenore pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan UNISSULA angkatan 2020. Penelitian ini dilaksanakan pada November 2022 sampai dengan Desember 2022. Jumlah seluruh responden pada penelitian ini sebanyak 82 responden yang terbagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi dengan 41 responden dan kelompok kontrol dengan 41 responden. Proses pengumpulan data pada kelompok intervensi yaitu dengan cara memberikan kuesioner uji pretest kepada responden yang kemudian diberi aromaterapi kayu manis selama 15 menit, lalu diberi kuesioner uji posttest. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan apapun, tetapi hanya menunggu selama 15 menit, lalu diberi kuesioner uji posttest. Hasil uji posttest keduanya akan dikaji dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk mengetahui tingkat nyeri pada responden. Hasil penelitian akan dipresentasikan sesuai analisis univariat dan analisis bivariat.

B. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi data demografi yang diambil, seperti usia, tingkat nyeri, dll. Karakteristik responden pada penelitian ini menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat.

1. Analisa Univariat

a. Umur

Tabel 4. 1. Distribusi frekuensi dismenore berdasarkan Umur pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA Tahun 2022 (n = 82)

No	Umur	Kelompok intervensi (n = 41)		Kelompok kontrol (n = 41)	
		f	%	f	%
1	17 – 25 tahun (Remaja Akhir)	41	100	41	100
	Total	41	100	41	100

Berdasarkan pada tabel 4.1, bahwa responden di kelompok intervensi dan kelompok kontrol terdapat di umur 17-25 tahun (remaja akhir) dengan masing-masing 41 responden (100%).

b. Tingkat Nyeri Dismenore

Tabel 4. 2. Distribusi frekuensi dismenore berdasarkan tingkat nyeri dismenore saat uji pretest dan uji posttest pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA Tahun 2022 (n = 82)

Kelompok	Tingkat Nyeri	Pretest		Posttest	
		f	%	f	%
Intervensi (n = 41)	Tidak Nyeri	0	0	6	14,6
	Nyeri Ringan	10	24,4	19	46,3
	Nyeri Sedang	23	56,1	14	34,1
	Nyeri Berat	8	19,5	2	4,9
	Total	41	100	41	100
Kontrol (n = 41)	Tidak Nyeri	0	0	0	0
	Nyeri Ringan	8	19,5	5	12,2
	Nyeri Sedang	28	68,3	25	61,0
	Nyeri Berat	5	12,2	11	26,8
	Total	41	100	41	100

Berdasarkan tabel 4.2 bahwa tingkat nyeri kelompok intervensi sebelum diberi aromaterapi kayu manis (uji pretest), yang paling dominan adalah nyeri sedang dengan 23 responden (56,1%). Sedangkan tingkat nyeri setelah dilakukan pemberian aromaterapi kayu manis (uji posttest), yang paling dominan adalah nyeri ringan dengan 19 responden (46,3%).

Dalam kelompok kontrol, pada tabel tersebut menggambarkan bahwa bahwa tingkat nyeri kelompok kontrol saat pretest, yang paling dominan adalah nyeri sedang dengan 28 responden (68,3%). Sedangkan tingkat nyeri setelah posttest, yang paling dominan adalah nyeri sedang dengan 25 responden (61%).

2. Analisa Bivariat

a. Uji Normalitas

Sebelum mengetahui perubahan nyeri dismenore pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol saat uji pretest dan uji posttest, dilakukan lebih dahulu uji normalitas pada setiap kelompok dengan menggunakan uji normalitas shapiro-wilk ($n < 50$).

Tabel 4. 3. Uji normalitas kelompok intervensi serta kelompok kontrol saat uji pretest dan uji posttest (n = 41)

Shapiro-Wilk			
Kelompok Intervensi	Statistic	df	Sig.
pretest	,965	41	,235
posttest	,945	41	,048

Kelompok Kontrol	Statistic	df	Sig.
pretest	,944	41	,043
posttest	,934	41	,020

Hasil uji normalitas kelompok intervensi saat uji pretest diperoleh data berdistribusi normal dengan p value $0,235 > 0,05$. Sedangkan uji normalitas kelompok intervensi saat uji posttest diperoleh data berdistribusi tidak normal dengan p value $0,048 < 0,05$.

Selain itu, dalam kelompok kontrol saat uji pretest dan uji posttest diperoleh data berdistribusi tidak normal, saat uji pretest didapat nilai p value $0,043 < 0,05$ dan saat uji posttest nilai p value $0,20 < 0,05$.

b. Uji Homogenitas

Adapun uji homogenitas yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 4. Uji homogenitas kelompok intervensi serta kelompok kontrol saat uji pretest dan uji posttest (n = 82)

	Levene Statistic	Sig.
Kelompok Intervensi	,214	,645
Kelompok Kontrol	,311	,579

Hasil uji homogenitas dalam kelompok intervensi menghasilkan nilai p value $0,645 > 0,05$ dan dalam kelompok kontrol nilai p value $0,579 > 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kedua

kelompok merupakan data homogen. Maka dari itu, untuk kelompok intervensi dapat menggunakan metode nonparametrik uji wilcoxon dan kelompok kontrol dapat menggunakan metode nonparametrik uji mann-whitney.

1) Uji Wilcoxon

Tabel 4. 5. Uji wilcoxon kelompok intervensi (n = 41)

	Hasil
Z	-5.284
Sig. (2-tailed)	,000

Hasil uji wilcoxon didapatkan nilai Asymp.Sig.(2-tailed) yaitu 0,000. Nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih kecil dari taraf signifikansi yaitu $\alpha = 0,05$ ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan dalam kelompok intervensi antara uji pretest dengan uji posttest.

2) Uji Mann-Whitney

Tabel 4. 6. Uji mann-whitney kelompok kontrol (n = 41)

	Hasil
Mann-Whitney U	3.500
Sig. (2-tailed)	,653

Hasil uji mann-whitney didapatkan nilai Asymp.Sig.(2-tailed) yaitu 0,653. Nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih besar dari taraf signifikansi yaitu $\alpha = 0,05$ ($0,653 > 0,05$). Hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kelompok kontrol antara uji pretest dengan uji posttest.

c. Perbedaan Intensitas Nyeri Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Tabel 4. 7. Perbedaan intensitas nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol saat uji Pretest serta uji Posttest pada Mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA Tahun 2022 (n = 41)

Kelompok	Uji	Mean	SD	<i>p</i>	n
Intervensi	Pretest	1,95	0,669	0,000	41
	Posttest	1,29	0,782		41
Kontrol	Pretest	1,93	0,565	0,653	41
	Posttest	2,15	0,615		41

Berdasarkan tabel 4.4 bahwa dalam kelompok intervensi setelah uji statistik, nilai mean sebelum pemberian aromaterapi kayu manis (uji pretest) adalah 1,95 serta nilai standar deviasi 0,669 dan nilai mean setelah diberikan aromaterapi kayu manis (uji posttest) adalah 1,29 dengan nilai standar deviasi 0,782. Perbedaan nilai mean uji pretest dengan uji posttest pada kelompok intervensi yaitu 0,66. Hasil analisa yang diperoleh $p (0,000) < \alpha (0,05)$, hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara mean intensitas dismenore uji pretest dan uji posttest pada kelompok intervensi. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan intensitas nyeri yang lebih membaik setelah pemberian aromaterapi kayu manis.

Sedangkan dalam kelompok kontrol dapat diketahui bahwa setelah uji statistik, nilai mean sebelum pemberian aromaterapi kayu manis (uji pretest) adalah 1,93 dengan nilai standar deviasi 0,565 dan nilai mean setelah diberikan aromaterapi kayu manis (uji

posttest) yaitu 2,15 dengan nilai standar deviasi 0,615. Perbedaan nilai mean uji pretest dengan uji posttest pada kelompok kontrol adalah -0,22. Hasil analisa yang diperoleh $p (0,653) > \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara mean intensitas dismenore uji pretest dan uji posttest pada kelompok kontrol. Maka tidak terdapat perubahan intensitas nyeri yang membaik ketika tidak diberi aromaterapi kayu manis, bahkan kondisi responden malah memburuk.



BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Didalam pembahasan, peneliti akan menguraikan dari penelitian dengan judul pengaruh aromaterapi kayu manis terhadap dismenore pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA. Hasil penelitian yang akan diuraikan secara mendetail yang dimulai dari karakteristik yang berupa tingkat nyeri dan umur. Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat dan analisa bivariat yang diuji secara deskriptif terdiri dari kelompok intervensi (diberi aromaterapi kayu manis) dan kelompok kontrol (tidak beri aromaterapi kayu manis) dengan menggunakan kuesioner uji pretest dan uji posttest.

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

Karakteristik responden penelitian ini dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol keseluruhan responden berumur di rentang 17-25 tahun sebanyak 84 responden (100%) dengan masing-masing kelompok terdapat 41 responden.

Sedangkan dalam karakteristik tingkat nyeri dismenore, sebelum dikasih aromaterapi kayu manis (uji pretest) dalam kelompok intervensi terdapat tingkat nyeri ringan dengan 10 responden (24,4%), nyeri sedang dengan 23 responden (56,1%), dan nyeri berat dengan 8 responden (19,5%). Lalu setelah dikasih aromaterapi kayu manis (uji posttest) dalam

kelompok intervensi terdapat tidak nyeri dengan 6 responden (14,6%), nyeri ringan dengan 19 responden (46,3%), nyeri sedang dengan 14 responden (34,1%), dan nyeri berat dengan 2 responden (4,9%).

Dalam kelompok kontrol, ketika uji pretest terdapat tingkat nyeri ringan dengan 8 responden (19,5%), nyeri sedang dengan 28 responden (68,3%), dan nyeri berat dengan 5 responden (12,2%). Lalu ketika uji posttest terdapat nyeri ringan dengan 5 responden (12,2%), nyeri sedang dengan 25 responden (61,0%), dan nyeri berat dengan 11 responden (26,8%).

Sebelum menggunakan analisa bivariat untuk mengetahui perubahan nyeri dismenore pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, maka terlebih dahulu harus melakukan uji normalitas. Pada setiap kelompok menggunakan uji normalitas saphiro-wilk karena $n < 50$. Hasil yang di dapat yaitu dalam kelompok intervensi saat uji pretest diperoleh data berdistribusi normal dengan p value $0,235 > 0,05$. Lalu uji normalitas kelompok intervensi saat uji posttest diperoleh data berdistribusi tidak normal dengan p value $0,048 < 0,05$. Sedangkan dalam kelompok kontrol saat uji pretest dan uji posttest diperoleh masing-masing data berdistribusi tidak normal, saat uji pretest didapat nilai p value $0,043 < 0,05$ dan saat uji posttest nilai p value $0,20 < 0,05$.

Setelah itu ketika uji homogenitas, dalam kelompok intervensi menghasilkan nilai p value $0,645 > 0,05$ dan dalam kelompok kontrol nilai p value $0,579 > 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kedua kelompok

merupakan data homogen. Maka dari itu, untuk kelompok intervensi dapat menggunakan metode nonparametrik uji wilcoxon yang dimana didapatkan hasil Nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih kecil dari taraf signifikansi yaitu $\alpha = 0,05$ ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan dalam kelompok intervensi antara uji pretest dengan uji posttest. Selain itu, dalam kelompok kontrol dapat menggunakan metode nonparametrik uji mann-whitney yang dimana didapatkan hasil Nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih besar dari taraf signifikansi yaitu $\alpha = 0,05$ ($0,653 > 0,05$). Hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kelompok kontrol antara uji pretest dengan uji posttest.

Menurut hasil penelitian, nilai mean kelompok intervensi sebelum dikasih aromaterapi kayu manis (uji pretest) yaitu 1,95 dan nilai mean setelah pemberian aromaterapi kayu manis (uji posttest) adalah 1,29, artinya ada penurunan tingkat nyeri yang dialami responden yang saat diuji pretest menunjukkan nilai mean 1,95 dan pada akhirnya setelah diberi aromaterapi kayu manis dan diuji posttest nilai mean tingkat nyeri turun menjadi 1,29.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mariana (2020), bahwa dalam kelompok intervensi saat uji pretest terdapat responden dengan skala nyeri berat sebanyak 15 responden (68,2%). Ketika uji posttest, terdapat responden dengan skala nyeri ringan sebanyak 22 responden (100%) dan intensitas nyeri cenderung membaik atau menurun. Maka

dapat disimpulkan bahwa aromaterapi kayu manis efektif dalam menurunkan derajat dismenore (Mariana, 2020).

Penelitian oleh Zaen (2021) juga mendukung hasil penelitian dari Mariana (2020), hasil penelitian Zaen (2021) menyatakan bahwa nyeri haid di SMA Negeri 1 Batu saat uji pretest terdapat responden dengan skala nyeri berat sebanyak 21 responden (47,7%). Ketika uji posttest, terdapat responden dengan nyeri ringan sebanyak 20 responden (45,5%) Oleh karena itu, terdapat pengaruh pemberian aromaterapi kayu manis untuk penurunan nyeri haid pada usia remaja yang mengalami dismenore SMA Negeri 1 Batu (Zaen, 2021).

Selain itu, hasil penelitian Maharianingsih & Poruwati (2021) juga selaras dengan hasil penelitian dari Mariana (2020). Hasil penelitian mereka menyatakan nilai mean penurunan skala nyeri yang diperoleh pretest adalah 5,1667 sedangkan posttest adalah 3,2333, nilai tersebut menunjukkan adanya penurunan dua skala. Maka mereka menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan pemberian aromaterapi kayu manis terhadap penurunan intensitas rasa nyeri pada remaja yang mengalami dismenore primer (Maharianingsih & Poruwati, 2021).

Selain itu, menurut hasil penelitian Aprilla (2022) juga menyatakan bahwa terdapat penurunan derajat nyeri ketika adanya pemberian kayu manis terhadap dismenore pada remaja putri Desa Salo Sipungguk. Menurutnya, nilai mean skala nyeri saat uji pretest yaitu 5,08, akan tetapi

ketika uji posttest nilai mean skala nyeri menurun menjadi 2,42 (Aprilla, 2022).

Sedangkan dalam kelompok kontrol, nilai mean saat uji pretest yaitu 1,93 serta nilai mean setelah uji posttest adalah 2,15, artinya ada peningkatan tingkat nyeri yang dialami responden yang saat diuji pretest menunjukkan rata-rata (mean) 1,93 dan setelah diuji posttest rata-rata (mean) tingkat nyeri meningkat menjadi 2,15.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariana (2020) yang mengatakan bahwa dalam kelompok pembanding, saat uji pretest didapatkan derajat nyeri terbanyak pada responden yaitu skala nyeri berat sebanyak 11 responden (50%). Lalu ketika uji posttest didapatkan hasil dengan derajat nyeri terbanyak pada responden yaitu pada derajat nyeri berat sebanyak 21 responden (50%). Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian Mariana (2020), kelompok pembanding ketika tidak diberi intervensi apapun tidak mengalami perubahan nyeri (Mariana, 2020).

Berdasarkan hasil analisa data yang telah diteliti, diketahui bahwa rata-rata (mean) setelah uji posttest kelompok intervensi yaitu 1,29 dan rata-rata (mean) setelah uji posttest kelompok kontrol yaitu 2,15. Hasil ini menunjukkan bahwa kelompok kontrol memiliki rata-rata yang lebih tinggi dalam tingkat nyeri dismenore daripada kelompok intervensi. Perbedaan rata-rata tingkat nyeri dismenore yang cukup besar antar kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dikarenakan dalam

kelompok kontrol tidak ada variabel independen yang bisa mempengaruhi tingkat nyeri dismenore. Variabel independen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan aromaterapi kayu manis. Dalam kayu manis terdapat kandungan *trans-cynamaidehide*, yang memiliki aktivitas penghambatan terhadap enzim *aldose reduktase* dan *nitic-acidsynthetase* yang terbukti sangat membantu untuk meredakan nyeri haid (Maloto et al., 2022). Maka dari itu, jika tidak ada penanganan yang baik dan benar dalam penyembuhan dismenore, maka tingkat nyeri dismenore bisa memburuk.

Dalam penelitian ini, penanganan responden sudah dilakukan sesuai prosedur. Ketika pemberian aromaterapi kayu manis, responden kelompok intervensi diarahkan untuk rebahan di kasur dalam kamar tidur responden ukuran + 3x4 meter yang tertutup selama 15 menit.

Selain tidak adanya penanganan, Perbedaan mean antar kelompok intervensi dengan kelompok kontrol juga dikarenakan tingkat ketegangan. Menurut Fatmawati, Kamil, Ratnasari, dan Tangerang (2021), remaja yang mengalami dismenore menghasilkan skor ketegangan yang lebih besar bila dibandingkan dengan remaja yang sehat. Pada kelompok kontrol, dengan tidak adanya variabel independen maka akan membuat responden menjadi tegang karena tingkat nyeri yang dirasakan. Oleh karena itu, akan banyak responden yang cemas dan tingkat nyeri haid semakin memburuk atau meningkat (Fatmawati et al., 2021).

C. Keterbatasan Penulis

Selama berlangsungnya proses penelitian, ada keterbatasan yang dialami oleh penulis serta kedepannya diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi bagi peneliti kedepannya dalam menyempurnakan penelitian ini. Dalam proses pengambilan data, ketika penulis melakukan penelitian dengan memberikan uji pretest, lalu memberikan aromaterapi kayu manis selama 15 menit untuk kelompok intervensi dan tidak memberikan intervensi apapun selama 15 menit untuk kelompok kontrol, setelah itu saat pengambilan data uji posttest terdapat beberapa responden yang kurang memahami kondisi nyeri yang dirasakannya. Hal ini dikarenakan ada beberapa responden yang mengalami nyeri mengganggu sehingga tidak bisa fokus dalam memberikan hasil data yang sesuai dengan kondisinya.

D. Implikasi Untuk Keperawatan

Implikasi dari hasil penelitian ini yaitu sebagai informasi baru bagi mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan UNISSULA dalam ilmu kesehatan dengan menambah pengetahuan mahasiswi tentang efektifitas aromaterapi dalam menangani gangguan dismenore. Selain itu juga dapat digunakan sebagai bahan analisa tentang pengaruh aromaterapi kayu manis terhadap gangguan dismenore. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan referensi untuk mengembangkan ilmu keperawatan agar dapat mengetahui lebih detail tentang penyembuhan non farmakologi terhadap gangguan dismenore menggunakan metode yang lain.

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Pada penelitian ini terdapat 82 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan rentang umur 17-25 tahun (remaja akhir). Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing terdapat 41 responden.
2. Pada kelompok intervensi sebelum pemberian aromaterapi kayu manis (uji pretest) terdapat nyeri ringan dengan 10 responden (24,4%), nyeri sedang dengan 23 responden (56,1%), dan nyeri berat dengan 8 responden (19,5%). Sedangkan di kelompok kontrol ketika uji pretest terdapat nyeri ringan dengan 8 responden (19,5%), nyeri sedang dengan 28 responden (68,3%), dan nyeri berat dengan 5 responden (12,2%).
3. Pada kelompok intervensi setelah pemberian aromaterapi kayu manis (uji posttest) terdapat tingkat tidak nyeri dengan 6 responden (14,6%), nyeri ringan dengan 19 responden (46,3%), nyeri sedang dengan 14 responden (34,1%), dan nyeri berat dengan 2 responden (4,9%). Hasil uji wilcoxon didapatkan nilai p value $0,000 < 0,05$, hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan dalam kelompok intervensi antara uji pretest dengan uji posttest. Pada kelompok kontrol, ketika uji posttest terdapat nyeri ringan dengan 5 responden (12,2%), nyeri sedang dengan 25 responden (61,0%), dan nyeri berat dengan 11

responden (26,8%). Hasil uji mann-whitney didapatkan nilai $0,653 > 0,05$, hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kelompok kontrol antara uji pretest dengan uji posttest.

4. Maka dapat disimpulkan bahwa aromaterapi kayu manis mempunyai pengaruh yang efektif dalam menurunkan derajat dismenore pada mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2020 UNISSULA, dengan nilai hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon diperoleh $p = 0,000$ yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

B. Saran

Menurut peneliti ada beberapa saran yang bisa peneliti sarankan setelah penelitian ini selesai, yaitu:

1. Bagi Mahasiswi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini bisa menjadi acuan mahasiswi ilmu keperawatan dalam penelitian selanjutnya, agar penelitian ini bisa menjadi lebih kuat dan bisa lebih berkembang.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini bisa menjadi solusi penanganan oleh tenaga kesehatan ketika menyembuhkan gangguan dismenore ketika ada masyarakat khususnya para wanita yang mengalami kondisi tersebut.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat jadi informasi tambahan bagi masyarakat agar masyarakat khususnya para wanita bisa lebih berhati-hati ketika mengalami dismenore. Dengan hasil penelitian ini,

diharapkan aromaterapi kayu manis bisa menjadi penyembuhan alternatif ketika masyarakat khususnya para wanita mengalami dismenore.



DAFTAR PUSTAKA

- Adlin, N. A. (2020). *Intensitas Dismenore Dan Pengobatan Analgetik Yang Digunakan Dalam Kalangan Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin*. Digilib.Unhas.Ac.Id, November, 1–21. http://digilib.unhas.ac.id/uploaded_files/temporary/DigitalCollection/ZjBkNjU0ZTgwNGY4OTUyNDI3MGMwY2M4Y2JiNzZiM2JiNTgzNjQ5OA==.pdf, diakses pada tanggal 18 November 2022.
- Affa, G. S. ~, Kubickaid, A. M., Hromada, M., & Kramer, K. L. (2019). *Is the timing of menarche correlated with mortality and fertility rates?* <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0215462>, diakses pada tanggal 17 Oktober 2022.
- Amalia, R. (2020). *Peran Kurkumin Pada Pgf2A Dan Intensitas Nyeri Dismenore Primer*, 2(1), 1–52, , diakses pada tanggal 17 Oktober 2022.
- Anjarsari, N., & Purnama Sari, E. (2020). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri (Relationship Stress Levels with Menstrual Cycle in Adolescent Girls)*. *Psychiatry Nursing Journal*, 2(1), 2–5. <http://e-journal.unair.ac.id/PNJ%7C1JournalHomepage:https://e-journal.unair.ac.id/PMNJ/index>, diakses pada tanggal 8 Agustus 2022.
- Aprilla, N. (2022). *Pengaruh Pemberian Kayu Manis (Cinnamomum Verum) Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Di RT 01 RW 03 Desa Salo Sipunggung Tahun 2020*. 6(2), 51–55, diakses pada tanggal 20 Januari 2023.
- Aritonang, R. A. (2019). *Efektifitas Kapsul Ekstrak Kunyit Terhadap Penurunan Dismenore Pada Mahasiswa Di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Medan Tahun 2018*. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 13(1), 79–82. <https://doi.org/10.36911/panmed.v13i1.187>, diakses pada tanggal 11 November 2022.
- Chen, C. X., Draucker, C. B., & Carpenter, J. S. (2018). *What women say about their dysmenorrhea: A qualitative thematic analysis*. *BMC Women's Health*, 18(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12905-018-0538-8>, diakses pada tanggal 11 November 2022.
- Chowdhury, S., & Chakraborty, P. pratim. (2018). *Universal health coverage - There is more to it than meets the eye*. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170. <https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>, , diakses pada tanggal 3 Desember 2022.

- Evayanti, Y., & Hidayat, S. A. (2019). *The effect of cinnamon on pain among teenage girls with primary dysmenorrhea in Lampung Indonesia*. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 2(2), 59–65. <https://doi.org/10.33024/minh.v2i2.2137>, diakses pada tanggal 4 Desember 2022.
- Fatmawati, S., Kamil, I., Ratnasari, F., & Tangerang, S. Y. (2021). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Kayu Manis Terhadap Derajat Dismenore Pada Usia Remaja Di Desa Sukamantri Tangerang*. *Nusantara Hasana Journal*, 1(7), 1–6.
- Foster, R., Vaisberg, M., Bachi, A. L. L., Dos Santos, J. D. M. B., De Paula Vieira, R., Luna-Junior, L. A., Araújo, M. P., Parmigiano, T. R., Borges, F., & DI-Bella, Z. I. K. J. (2019). *Premenstrual Syndrome, Inflammatory Status, and Mood States in Soccer Players*. *NeuroImmunoModulation*, 26(1), 1–6. <https://doi.org/10.1159/000494559>, diakses pada tanggal 5 September 2022.
- Goleman et al., 2019. (2019). *Faktor-faktor Berhubungan Tingkat Disminorea pada Siswi*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699, diakses pada tanggal 7 September 2022.
- Hutagaol, I. O., Arifuddin, S., & Syamsudin, S. (2018). *Pengaruh Suplementasi Vitamin E Terhadap Kadar Prostaglandin (PGF2 α) dan Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Primer Pada Remaja Putri*. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 4(2), 70–75. <https://doi.org/10.36749/seajom.v4i2.36>, diakses pada tanggal 25 Agustus 2022.
- Irianti, B. (2018). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Remaja*. *Menara Ilmu*, 7(10), 8–13.
- Jahangirifar, M., Taebi, M., & Dolatian, M. (2018). *The effect of Cinnamon on primary dysmenorrhea: A randomized, double-blind clinical trial*. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 33(June), 56–60. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.08.001>, diakses pada tanggal 5 September 2022.
- Juliana, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2019). *Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di Sma N 1 Manado*. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22895>, diakses pada tanggal 11 Agustus 2022.
- Kulkarni, A., & Deb, S. (2019). *Dysmenorrhoea*. *Obstetrics, Gynaecology & Reproductive Medicine*, 29(10), 286–291. <https://doi.org/10.1016/J.OGRM.2019.06.002>, diakses pada tanggal 5 September 2022.

- Kusuma, A. C. (2019). *Efektivitas Teknik Yoga Dan Abdominal Stretching Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) Pada Mahasiswi Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang*. In Skripsi, diakses pada tanggal 5 September 2022.
- Lasmy Zaen, N. (2021). *Science Midwifery Effect of Cinnamon (Cinnamomum Burmanni) Aromatherapy on Primary Dysmenorrhea Pain in Students at Air Batu High School in 2021*. *Science Midwifery*, 10(1), 417–423. www.midwifery.iocspublisher.org, diakses pada tanggal 15 Januari 2023.
- Lestari, D. R., Citrawati, M., & Hardini, N. (2018). *Hubungan Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur dengan Dismenorea pada Mahasiswi FK UPN "Veteran" Jakarta*. *Majalah Kedokteran Andalas*, 41(2), 48. <https://doi.org/10.25077/mka.v41.i2.p48-58.2018>, diakses pada tanggal 23 Oktober 2022.
- Maharianingsih, N. M., & Poruwati, N. M. D. (2021). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Kayu Manis terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Primer pada Remaja*. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 7(1), 55–61. <https://doi.org/10.36733/medicamento.v7i1.1262>, diakses pada tanggal 26 Desember 2022.
- Maloto, R. A. ., Hadi, S. P. I., & Sari, F. (2022). *Pengaruh pemberian Kayu Manis terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri: Systematic Literature review*. *Malahayati Nursing Journal*, 4(7), 1672–1688. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i7.6408>, diakses pada tanggal 27 Januari 2023.
- Mariana, S. I. (2020). *Pengaruh Aromatherapy Kayu Manis Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja Putri*. *Jurnal Akademi Farmasi Prayoga*, 5(2), 44–48.
- Mau, R. A., Kurniawan, H., & Dewajanti, A. M. (2020). *Hubungan Siklus dan Lama Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Ukrida dengan Nyeri Menstruasi*. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(3), 139–145. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v26i3.1946>, diakses pada tanggal 5 September 2022.
- Mokoginta, F., Jama, F., & Padhila, N. I. (2021). *Lilin Aromaterapi Lavender Dapat Menurunkan Tingkat Dismenore Primer*. *Window of Nursing Journal*, 1(2), 113–122. <https://doi.org/10.33096/won.v1i2.309>, diakses pada tanggal 20 Agustus 2022.
- Oliver, J. (2019). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Hilos Tensados*. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(1), 17–23.

- Osuga, Y., Hayashi, K., & Kanda, S. (2020). *Long-term use of dienogest for the treatment of primary and secondary dysmenorrhea*. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 46(4), 606–617. <https://doi.org/10.1111/jog.14209>, diakses pada tanggal 6 Desember 2022.
- Puteri, D. A. (2018). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Kayu Manis (Cinnamomum Burmanni) Terhadap Derajat Dismenore Primer Pada Siswi SMA Swasta Al-Ulum Medan*. Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Rafique, N., & Al-Sheikh, M. H. (2018). *Prevalence of menstrual problems and their association with psychological stress in young female students studying health sciences*. *Saudi Medical Journal*, 39(1), 67–73. <https://doi.org/10.15537/smj.2018.1.21438>, diakses pada tanggal 7 Oktober 2022.
- Utari, A. D. (2020). *pengaruh pemberian seduhan kayu manis (cinnamomum verum) terhadap dismenore pada remaja putri di rt 01 rw 03 desa salosipungguk kampar tahun 2020*.
- Yeti Trisnawati, A. M. (2020). *Pengaruh Latihan Senam Dismenore terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Mahasiswa Kebidanan*. *Journal of Public Health*, 3(2), 71–79. <https://jurnal.unigo.ac.id/index.php/gjph/article/view/1176>, diakses pada tanggal 15 Desember 2022.
- Yunianingrum, E. (2018). *Pengaruh Kompres Hangat Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren As Salafiyah Dan Pondok Pesantren Ash- Sholihah Sleman*. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta : EGC. 2005., 107.