

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian aromaterapi terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Tahun 2026, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Hampir setengah dari responden mengalami nyeri dengan intensitas sedang pada saat pretest.
2. Setelah dilakukan intervensi aromaterapi, mayoritas responden mengalami penurunan intensitas nyeri hingga berada pada kategori nyeri ringan.
3. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa  $H_1$  diterima, pemberian aromaterapi berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

#### **5.2 Saran**

1. Bagi Responden

Mahasiswi yang mengalami dismenore diharapkan dapat memanfaatkan aromaterapi sebagai salah satu upaya nonfarmakologis untuk membantu mengurangi nyeri menstruasi. Penggunaan aromaterapi sebaiknya disesuaikan dengan preferensi aroma masing-masing agar memberikan rasa nyaman dan efek relaksasi yang optima

## 2. Bagi Tempat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi mengenai pemanfaatan aromaterapi sebagai terapi komplementer nonfarmakologis dalam membantu mengurangi nyeri dismenore.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena responden menggunakan jenis aromaterapi yang berbeda sesuai dengan preferensi masing-masing, sehingga efektivitas masing-masing jenis aromaterapi belum dapat dibandingkan. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti satu jenis aromaterapi, khususnya aromaterapi lavender yang merupakan jenis aromaterapi paling banyak dipilih oleh responden dalam penelitian ini, sehingga efektivitas intervensi dapat dievaluasi secara lebih spesifik. Selain itu, penelitian selanjutnya juga diharapkan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi intensitas nyeri dismenore agar diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.