

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMINORE PADA MAHASISWA S1
KEBIDANAN DI UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO**



**SIESTIKA CLAUDIYA AINY
NIM : 202205020**

**PROGRAM STUDI S 1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
2024-2025**

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMINORE PADA MAHASISWA S1
KEBIDANAN DI UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO

Diajukan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan
Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto



SIESTIKA CLAUDIYA AINY
NIM : 202205020

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
2025/2026

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : SIESTIKA CLAUDIYA AINY

NIM : 202205020

Prodi : S1 KEBIDANAN

Fakultas : FIKES

Judul : PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI TERHADAP PENURUNAN
NYERI DISMINORE PADA MAHASISWA S1 KEBIDANAN DI
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 13/08/2026



SIESTIKA CLAUDIYA AINY

202205020

QR REPOSITORI



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk disajikan dalam upaya ujian skripsi dalam program studi S1 Ilmu Kebidanan

Judul : Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Penurunan Nyeri Disminore
Pada Mahasiswa S1 Kebidanan Di Universitas Bina Sehat Ppni
Mojokerto

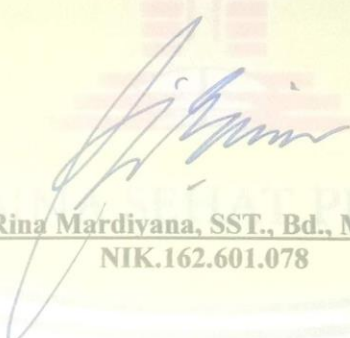
Nama : Siestika Claudiya Ainy

NIM : 202205020

Pada Tanggal :

Oleh :

Pembimbing I :



Rina Mardiyana, SST., Bd., M.Kes
NIK.162.601.078

Pembimbing II :



Heni Frilasari, SST., Bd., M.Kes
NIK. 162 601 090



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : SIESTIKA CLAUDIYA AINY
NIM : 202205020
Program Studi : Ilmu Kebidanan
Pada Tanggal : 03 Agustus 2026
Judul Skripsi : "PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI
TERHADAP NYERI DISMINORE PADA
MAHASISWA S1 KEBIDANAN DI UNIVERSITAS
BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Asirotul Ma'rifah, SST, Bd., M.Kes. (.....)
Penguji 1 : Rina Mardiyana, SST., Bd., M. Kes. (.....)
Penguji 2 : Heni Frilasari, SST., Bd., M. Kes. (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 10 Agustus 2026

Ka. Prodi Ilmu Kebidanan


Indra Yulianti, SST., Bd., M. Kes.
NIK : 162.601.106

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Proposal saya dengan Judul **“Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Mahasiswa S1 Kebidanan Di Universitas Bina Sehat Ppni Mojokerto”**. Selesainya Skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada :

1. Dr. Indah Lestari,.S.Kep,.Ners,.M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
2. Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah S.Kep,.Ns,.M.Kes Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan .
3. Indra Yulianti, SST., Bd,. M.Kes. selaku Ka.Prodi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Rina Mardiyana, SST.,Bd.,Kes selaku pembimbing I Proposal yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis
5. Heni Frilasari, SST.,Bd.,M.Kes selaku pembimbing II Proposal yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis

6. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kab. Mojokerto yang telah membantu terselesaikannya pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Skripsi ini.

Mojokerto, 03 Agustus 2026
Penulis



DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.4 Manfaat	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Wanita Usia Subur.....	6
2.1.1 Pengertian Wanita Usia Subur.....	6
2.1.2 Tahap Perkembangan Usia.....	7
2.2 Menstruasi.....	7
2.2.1 Definisi Menstruasi	7
2.2.2 Siklus Menstruasi	8
2.2.3 Gangguan Menstruasi.....	10
2.3 Disminore.....	14
2.3.1 Definisi Disminore	14
2.3.2 Klasifikasi	15
2.3.3 Etiologi/Penyebab	16
2.3.4 Pencegahan Disminore.....	17
2.3.5 Faktor Yang mempengaruhi Disminore.....	18
2.3.6 Dampak Disminore	22
2.3.7 Penatalaksanaan	22
2.4 Aromaterapi	23
2.4.1 Definisi Aromaterapi.....	23
2.4.2 Manfaat	24

2.4.3	Mekanisme Kerja	25
2.4.6	Cara Penggunaan Aromaterapi.....	31
2.5	Skala Intensitas Nyeri	34
2.5.1	Definisi Nyeri.....	34
2.5.3	Mekanisme Nyeri.....	36
2.5.4	Skala Pengukuran Nyeri Disminore.....	38
2.6	Kerangka Teori	42
2.1	Kerangka Konsep.....	43
2.2	Hipotesis	43
BAB III.....		44
METODE PENELITIAN		44
3.1	Desain penelitian.....	44
3.2	Populasi, sample, sampling.....	45
3.3	Identifikasi Variabel, Definisi Operasional	47
3.4	Prosedur Penelitian	49
3.5	Pengumpulan Data.....	54
3.6	Pengelolaan Data	55
3.7	Analisis Data.....	57
3.8	Etik Penelitian.....	61
3.9	Keterbatasan.....	62
BAB IV		63
HASIL PENELITIAN.....		63
4.1	Hasil Penelitian.....	63
4.1.1	Analisis Data Umum	63
4.1.2	Analisis Data Khusus	65
4.2	Pembahasan	67
4.2.1	Tingkat Nyeri Sebelum Diberikan Aromaterapi	67
4.2.2	Tingkat Nyeri Sesudah Diberikan Aromaterapi.....	70
4.2.3	Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Nyeri Disminore	72
BAB V.....		79
PENUTUP		79
5.1	Kesimpulan	79

5.2	Saran	79
DAFTAR PUSTAKA.....		81
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)		94



DAFTAR TABEL

Bagan 2. 1 Kerangka Teori Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Mahasiswa S1 Kebidanan Di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	42
Bagan 2. 2 Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Mahasiswa S1 Kebidanan Di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	43
Tabel 3. 1 Metode Penelitian Pengaruh Pemberian Aromaterapi terhadap Penurunan Nyeri Disminore pada Mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	44
Tabel 3. 2 Definisi Operational Pengaruh Pemberian Aromaterapi terhadap Penurunan Nyeri Disminore pada Mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	48
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Responden Mahasiswi S1 Kebidanan dengan Nyeri Disminore di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.....	63
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Menarch Responden Mahasiswi S1 Kebidanan dengan Nyeri Disminore di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.....	63
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi menstruasi hari ke yang dipilih oleh Responden Mahasiswi S1 Kebidanan dengan Nyeri Disminore di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	64
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Aktivitas Fisik Responden Mahasiswi S1 Kebidanan dengan Nyeri Disminore di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.....	64
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Aromaterapi yang dipilih oleh Responden Mahasiswi S1 Kebidanan dengan Nyeri Disminore di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	65
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Aromaterapi pada Mahasiswi S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	65
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Disminore Sesudah Pemberian Aromaterapi pada Mahasiswi S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	66
Tabel 4. 8 Tabulasi Silang Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah diberikan Aromaterapi pada Mahasiswi S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	66
Tabel 4. 9 Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Nyeri Disminore Pada Mahsiswa S1 Kebidanan Di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Visual Analog Scale (VAS).....	38
Gambar 2 Numerik Rating Scale.....	40
Gambar 3 Wong Baker Faces pain rating scale.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul.....	84
Lampiran 2 Lembar Bimbingan Pembimbing 1.....	85
Lampiran 3 Lembar Bimbingan Pembimbing 2.....	88
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian	92
Lampiran 5 Lembar SOP	94
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	96
Lampiran 7 Lembar Instrumen Penelitian	97
Lampiran 8 Lembar Tabulasi Data.....	99
Lampiran 9 Hasil Uji Statistik.....	103
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian	107



DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, E. (2025). *Klasifikasi tingkat disminore pada santriwati di pondok Pesantren Darun Najah Tulangan Sidoarjo*. <https://repositori.ubs-ppni.ac.id/xmlui/handle/123456789/4082>
- Afini, N. (2019). *Pengaruh pemberian latihan yoga dan aromaterapi terhadap nyeri disminore*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wiyata Husada Samarinda.
- Afriani, D. (2024). *Kesehatan Reproduksi : Disminorea (Nyeri Haid)*. PT. Nasya Expanding Management. https://books.google.co.id/books?id=YgMJEQAAQBAJ&pg=PA51&source=gbs_toc_r&cad=2#v=onepage&q&f=false
- Agustina. (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi Jasmine Terhadap Pengurangan Nyeri Menstruasi (Disminorea) Pada Remaja Putri Di Sman 1 Tanjung Selor. *Sainteks : Jurnal Sains*, 4, 506–515.
- Atulmuniroh, B. (2025). *Efektivitas Pemberian Jus (Punarma) Alpukat, Nanas, Kurma Untuk Mengurangi Skala Nyeri Menstruasi (Disminore) Pada Remaja Putri Di Desa Sumberjo Kecamatan Sarirejo Kabupaten Lamongan [Universitas Bina Sehat Ppni Mojokerto]*. <https://repositori.ubs-ppni.ac.id/xmlui/handle/123456789/4104>
- Fauziah, A. N., Kamsatun, K., Kusniasih, S., & Syagitta, M. (2025). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Disminore pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 5(2), 43–48. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v5i2.4280>
- Fransiska, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Primer Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Godean. *Journal of Midwifery and Health Research*, 1(2), 35–45. <https://doi.org/10.36743/jmhr.v2i1.459>
- Gultom, S. A. B. (2025). *Gambaran Kejadian Disminore Pada Siswi Di SMA Santo Yoseph Medan Tahun 2025*. STIKES SANTA ELISABETH.
- Hashimoto, M., Takahashi, K., & Ohta, T. (2023). Inhibitory effects of linalool, an essential oil component of lavender, on nociceptive TRPA1 and voltage-gated Ca²⁺ channels in mouse sensory neurons. *Biochemistry and Biophysics Reports*, 34(December 2022), 101468. <https://doi.org/10.1016/j.bbrep.2023.101468>
- Hilda, T. (2024). *Efektivitas Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pasca Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Gatoel Kota Mojokerto [Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto]*. <https://repositori.ubs-ppni.ac.id/xmlui/handle/123456789/4005>
- Intanwati, Mardiyono, Ambarwati, E. R., & Wiyawati, M. N. (2022). *Penerapan Aromaterapi Lavender pada Masker untuk Memanajemen Nyeri Persalinan dan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I*. pustaka rumah cinta. <https://bintangpusnas.perpusnas.go.id/konten/BK59251/teori-pengukuran-nyeri-and-nyeri-persalinan>
- Itani, R. (2022). Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates. *Korean Journal of Family Medicine*, 43(2), 101–108. <https://doi.org/10.4082/kjfm.21.0103>

- Judha, M., Sudarti, & Fauziah, A. (2018). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. nuha medika.
- Keville, K. (2023). *Essential Oils & Aromatherapy For Dummies [2 ed.]*. by John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.
- Khairun Nisa, H. (2023). The effect of giving lavender aromatherapy on primary menstrual pain (dysmenorrhea). *International Journal on Health and Medical Sciences*, 2(1), 10–15. <https://doi.org/10.35335/healmed.v2i1.196>
- Khotimah, H., & Lintang, S. S. (2022). Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja. *Faletehan Health Journal*, 9(3), 343–352. <https://doi.org/10.33746/fhj.v9i3.499>
- Koto, R., Imamura, M., Watanabe, C., Obayashi, S., Shiraishi, M., Sasaki, Y., & Azuma, H. (2018). Linalyl acetate as a major ingredient of lavender essential oil relaxes the rabbit vascular smooth muscle through dephosphorylation of myosin light chain. *Journal of Cardiovascular Pharmacology*, 48(1), 850–856. <https://doi.org/10.1097/01.fjc.0000238589.00365.42>
- Kumalasari, T. (2025). *HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN WANITA USIA SUBUR (WUS) DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN KANKER SERVIKS*.
- López, V., Nielsen, B., Solas, M., Ramírez, M. J., & Jäger, A. K. (2017). Exploring pharmacological mechanisms of lavender (*Lavandula angustifolia*) essential oil on central nervous system targets. *Frontiers in Pharmacology*, 8(MAY), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fphar.2017.00280>
- Maabuat, E., Sasmito, N. B., & Zatihulwani, E. Z. (2025). *the Effect of Giving Lavender Aroma Therapy on Reducing*. 6(1), 1–8.
- 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>
- Maryati, L. I., & Rezanía, V. (2021). *Buku Psikologi Perkembangan : Sepanjang Kehidupan Manusia*. UMSIDA Press.
- Masan, V. B. (2022). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Asrama Putri Sma Regina Pacis Surakarta. In *Naskah Publikasi Artikel Universitas Kusuma Husada Surakarta*.
- Melisa, M. S. (2025). *Program studi s1 kebidanan fakultas ilmu kesehatan institut ilmu kesehatan bhakti wiyata 2025*.
- Nayaka, N. M. ade D. M. W. (2023). *Buku Ajar Aromaterapi Jilid 1*. 163. <https://lppm.unmas.ac.id/publikasi/unmaspress-191/unmaspress-191-free.pdf>
- Nurfadillah, H., Maywati, S., & Aisyah, I. S. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswa Siliwangi Universitas <https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/jkki/article/view/3604>. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1), 247–256.
- Nursalam. (2020). *metodologi penelitian ilmu keperawatan* (P. puji Lestari (ed.); cetakan ke). jakarta selatan: salemba medika.
- Rofiah, K., Nirwana, B. S., & Viridula, E. Y. (2026). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jasmine Terhadap Intensitas Nyeri Haid Remaja Putri*. 7(1),

1191–1203.

- Romlah, S. N., Utari, A. S., Haryanto, S., Susanti, E., & Atika, R. (2022). PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI DISMENORE PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN STIKes WIDYA DHARMA HUSADA TANGERANG. *Edu Masda Journal*, 6(2), 160. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v6i2.169>
- Sari, R., Maternity, D., & Rosmiyati, R. (2021). Pengaruh pemberian aroma terapi bunga mawar terhadap tingkat nyeri dismenorea pada siswi SMA. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), 271–275. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i2.1820>
- Sugito, A., Taadi, & Ramlan, D. (2022). *Aromaterapi dan Akupresur pada Sectio Caesarea*. Pustaka Rumah C1nta.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif* (M. P. Setiyawami, S.H. (ed.); Cetakan ke). Alfabeta. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1188929>
- Sulistyowati, R. (2020). *Aromaterapi Pereda Nyeri*. Wineka Media.
- Swandari, A. (2023). *Intervensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenorrhea*.
- Vita Septiana, & Winarni. (2025). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Dismenore pada Remaja di SMK An-Nur Ampel Boyolali. *Galen: Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(2), 670–681. <https://doi.org/10.71417/galen.v1i2.63>
- Wanda. (2021). *Hubungan Obesitas Dengan Siklus Menstruasi* [Universitas Muhammadiyah Ponorogo]. <https://eprints.umpo.ac.id/7804/>
- Winengsih, E., Yuliani, M., & Yusita, I. (2025). *Kesehatan Mental sebagai Faktor Risiko Gangguan Menstruasi pada Remaja: Sebuah Upaya Preventif*. Deepublish Digital. <https://deepublishstore.com/ebook/e-book-kesehatan-mental-sebagai-faktor-risiko-gangguan-menstruasi-pada-remaja-sebuah-upaya-preventif/>
- World Health Organization. (2020). WHO Guidelines on physical activity and sedentary behaviour. In *Routledge Handbook of Youth Sport*.

BINA SEHAT PPNI