

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN PENGETAHUAN PADA REMAJA
PUTRI MENGENAI AROMATERAPI LEMON TERHADAP
PENURUNAN RASA NYERI DISMENORHEA
DI SMK AL-RAZI KEC. MEDAN JOHOR
TAHUN 2025**



INAYAH KHAIRI SYAHFITRI
NIM. P07124424121

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
PROGRAM STUDI ALIH JENJANG KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2025**

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN PENGETAHUAN PADA REMAJA
PUTRI MENGENAI AROMATERAPI LEMON TERHADAP
PENURUNAN RASA NYERI DISMENORHEA
DI SMK AL-RAZI KEC. MEDAN JOHOR
TAHUN 2025**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana Terapan Kebidanan



INAYAH KHAIRI SYAHFITRI
NIM. P07124424121

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
PROGRAM STUDI ALIH JENJANG KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : INAYAH KHAIRI SYAHFITRI

NIM : P07124424121

Tanggal : 16 Juni 2025

Yang Menyatakan.

(Inayah Khairi Syahfitri)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : INAYAH KHAIRI SYAHFITRI
NIM : P07124424121
JUDUL : PENGARUH PEMBERIAN PENGETAHUAN PADA
REMAJA PUTRI MENGENAI AROMATERAPI LEMON
TERHADAP PENURUNAN RASA NYERI DISMENORHEA
DI SMK AL-RAZI KEC. MEDAN JOHOR TAHUN 2025.

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Pada
Ujian Sidang Skripsi
Pada Tanggal 16 Juni 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



(Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
NIP. 196605231986012001



(Yusrawati Hasibuan SKM, M.Kes)
NIP. 196004191981032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan



(Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
NIP. 197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : INAYAH KHAIRI SYAHFITRI
NIM : P07124424121
JUDUL : PENGARUH PEMBERIAN PENGETAHUAN PADA
REMAJA PUTRI MENGENAI AROMATERAPI LEMON
TERHADAP PENURUNAN RASA NYERI DISMENORHEA
DI SMK AL-RAZI KEC. MEDAN JOHOR TAHUN 2025.

Telah berhasil dipertahankan didepan hadapan para Dewan Penguji dan diterima
sebagai bagian persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Terapan Kebidanan
Pada Tanggal 16 Juni 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji,

Ardiana Batubara, SST, M.Keb
NIP. 196605231986012001

()

Penguji Utama,

Suswati, SST, M.Kes
NIP. 196505011988032001

()

Penguji II,

Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes
NIP. 196004191981032001

()

Mengetahui,


Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan



Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

**PENGARUH PEMBERIAN PENGETAHUAN PADA REMAJA PUTRI
MENGENAI AROMATERAPI LEMON TERHADAP PENURUNAN
RASA NYERI DISMENORHEA DI SMK AL-RAZI
KEC. MEDAN JOHOR TAHUN 2025.**

Inayah Khairi Syahfitri

Kemenkes RI Poltekkes Medan
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Email : inayahkhairisyahfitrii@gmail.com

ABSTRAK

Dismenore merupakan nyeri haid yang biasanya disertai kram di perut bagian bawah. Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar 90% wanita mengalami dismenore, dan 10–15% di antaranya dalam kategori ringan. Jika tidak ditangani, dismenore dapat memicu gangguan kesehatan serius. Salah satu metode non-farmakologis yang digunakan untuk mengatasi nyeri haid ini adalah aromaterapi lemon, yang dikenal memberikan efek relaksasi serta aman dan terjangkau. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimen (*one group pre-test and post-test*). Responden pada penelitian ini adalah 20 siswi kelas X dan XI di SMK Al-Razi Kec.Medan Johor, dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan adanya pengaruh signifikan pemberian edukasi tentang aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri haid, dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Artinya, pengetahuan tentang aromaterapi lemon efektif untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja putri.

Kata Kunci : Dismenorhea, Aromaterapi Lemon.

**THE EFFECT OF PROVIDING KNOWLEDGE ABOUT LEMON
AROMATHERAPY TO TEENAGER GIRLS ON REDUCING
DYSMENORRHEA PAIN AT SMK AL-RAZI, MEDAN
JOHOR SUB-DISTRICT IN 2025.**

INAYAH KHAIRI SYAHFITRI

**Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery
Email: inayahkhairisyahfitri@gmail.com**

ABSTRACT

Dysmenorrhea is menstrual pain, usually accompanied by cramps in the lower abdomen. According to the World Health Organization (WHO), approximately 90% of women experience dysmenorrhea, with 10–15% falling into the mild category. If left untreated, dysmenorrhea can trigger serious health problems. One of the non-pharmacological methods used to alleviate this menstrual pain is lemon aromatherapy, which is known to provide a relaxation effect and is safe and affordable.

This research used a quantitative approach with a pre-experimental design (one group pre-test and post-test). The respondents for this study were 20 female students from classes X and XI at SMK Al-Razi, Medan Johor Sub-district, selected using a purposive sampling technique. The results of the Wilcoxon test showed a significant effect of providing education about lemon aromatherapy on the reduction of menstrual pain, with a p-value of 0.001 ($p < 0,05$). This means that knowledge about lemon aromatherapy is effective in reducing dysmenorrhea pain in teenager girls.

Keywords: Dysmenorrhea, Lemon Aromatherapy.



KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor Tahun 2025”**. Adapun penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Terapan Kebidanan, pada Program Studi Alih Jenjang Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.

Pada kesempatan kali ini saya mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Tengku Sri Wahyuni, SST, M.Keb, selaku Plt. Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam menimbah ilmu di Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
2. Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan yang telah memberi kesempatan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
4. Ardiana Batubara SST, M.Keb, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran, serta masukan sehingga penulisan skripsi ini terselesaikan
5. Yusrawati Hasibuan SKM. M.Kes, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, saran, serta masukan sehingga penulisan skripsi ini terselesaikan .
6. Suswati, SST, M.Kes, selaku Dosen Penguji yang telah memberikan bimbingan, saran, serta masukan sehingga penulisan skripsi ini terselesaikan.
7. Dra. Elvy Oktima, Apt, selaku Kepala Sekolah SMK Al-Razi yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.

8. Kedua orangtua saya yang menjadi sebuah alasan utama saya untuk dapat bertahan dalam setiap proses yang saya jalani selama perkuliahan ini, terimakasih banyak karena sudah selalu mendoakan saya, memberikan semangat baik dalam bentuk materi maupun motivasi, serta memberikan nasihat dalam proses menyelesaikan skripsi ini, kasih sayang yang tidak dapat terbalaskan semoga Allah SWT selalu memberikan kesehapan kepada mereka.
9. Abang kandung saya yang telah memberikan dukungan, semangat serta motivasi, dan selalu mendoakan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat saya Ameilya Prasetya yang telah kebersamai saya mulai dari awal penyusunan skripsi sampai dengan selesai, yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta selalu ada disaat susah maupun senang.
11. Teman seangkatan Program Studi Alih Jenjang Kebidanan Medan Poltekkes Kementrian Kesehatan RI Medan Tahun Angkatan 2024 yang telah berjuang bersama-sama dalam menyelesaikan skripsi ini.

Medan, 12 Juni 2025

Inayah Khairi Syahfitri

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Ruang Lingkup	6
E. Manfaat Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
A. Konsep Dasar Remaja	8
B. Menstruasi Pada Remaja	11
C. Konsep Dasar Dismenorea	16
D. Konsep Dasar Nyeri.....	21
E. Aromaterapi Lemon.....	27
F. Kerangka Teori	31
G. Kerangka Konsep Penelitian	32
H. Hipotesis	32
 BAB III METODE PENELITIAN	 33
A. Jenis Penelitian	33
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	34

C. Populasi dan Sampel.....	34
D. Variabel Penelitian	35
E. Defenisi Operasional	35
F. Instrument Penelitian	36
G. Cara Pengumpulan Data	36
H. Teknik Pengelolahan Data	38
I. Etika Penelitian	40
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 41
A. Hasil Penelitian.....	41
B. Pembahasan	43
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	 51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran	51
 DAFTAR PUSTAKA	 53
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Keterangan Skala Nyeri	26
Tabel 3.1 Defenisi Operasional	35
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Usia Menarche, Lama Menstruasi.....	41
Tabel 4.2 Pengetahuan Tentang Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea Sebelum dan Sesudah Dilakukannya Intervensi.....	42
Tabel 4.3 Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea di SMK Al Razi.....	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS)	26
Gambar 2.2 Kerangka Teori	31
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Penelitian	32
Gambar 3.1 Desain penelitian <i>one group pre-test and post-test</i>	33
Gambar 3.2 Alur Penelitian	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Izin Survei Penelitian	58
Lampiran 2 Surat Balasan Izin Survei Penelitian	58
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	60
Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian.....	61
Lampiran 5 Surat Keterangan Selesai Penelitian	62
Lampiran 6 <i>Ethical Clearence</i>	63
Lampiran 7 Kuesioner	64
Lampiran 8 Standar Operasional Prosedur	66
Lampiran 9 Satuan Acara Pengajar.....	67
Lampiran 10 <i>Leaflet</i>	70
Lampiran 11 Dokumentasi Kegiatan	71
Lampiran 12 Master Tabel	77
Lampiran 13 Jurnal Penelitian	78
Lampiran 14 Kartu Bimbingan	81
Lampiran 15 Hasil Turnitin.....	88
Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup.....	87