

DAFTAR PUSTAKA

- Anggreni, D. (2022). *Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar*.
- April, N., Terhadap, F., Menstruasi, S., Remaja, P., & Pmb, D. I. (2023). *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*. 2(4), 1338–1355.
- Ariani, A., Mulyani, Y., & Rosifa, R. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 10(2), 126–133.
- Artawan, I. P., Iketut Alit Adianta, Ik. A. A., & Ida Ayu Manik Damayanti, I. A. M. D. (2022). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itokes Bali Tahun 2022. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 94–99.
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7.
- BKKBN. (2023, June 05). Kegiatan Operasional Ketahanan Keluarga Berbasis Kelompok Kegiatan di Kampung KB. *Pengertian Remaja*
- Cindiya, A. N. O., Islami, N., & Muyassaroh. (2023). Ekstraksi Kulit Jeruk Lemon (*Citrus Limon*) Dengan Variasi Perlakuan Bahan Dan Daya Menggunakan Metode Microwave Assisted Extraction (Mae). *Jurnal Atmosphere*, 4(2), 21–26.
- Djailani, Y. A., Nasrianti, Hasnia, & Rosyidi, M. (2023). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Upaya Penanganan Dismenore di SMP IT Insan Cendekia Doyo Baru Kabupaten Jayapura. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 140–149.
- Harfouch, R. M., Janoudi, H., Muhammad, W., Hammami, A., & Chouman, F. (2019). In Vitro Antibacterial Activity Of Citrus Limon Peel Extracts Against Several Bacterial Strains. *Available Online Www.Jocpr.Com Journal Of Chemical And Pharmaceutical Research*, 11(7), 48–51.
- Hartinah, D., Wigati, A., & Maharani, L. V. (2023). Pengaruh Terapi Farmakologi Dan Non-Farmakologi Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 245–252.
- Hidayah, N., & Fatmawati, R. (2020). *Buku Ajar Manajemen Nyeri Haid Pada Remaja*. Surakarta : Yuma Pustaka .
- Hikmandayani, R. T. (2023). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Purbalingga, Jawa Tengah : Eureka Media Aksara.
- Hitipeuw, J. A., & Achmad, H. I. (2022). Penanganan Dismenorea Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan (Jbd)*, 2(2), 162–168.
- Ilham, M. A., Islamy, N., Sayhrul, H., & Sari, R. D. P. (2023). Jurnal Penelitian Perawat Profesional. *Jurnal Penelitian Perawatan Profesional*, 5, 185–192.
- Indonesia, S. (2023). *Sensus Penduduk*. Jakarta : Badan Statistik .

- Indrayani, T. (2023). Pengaruh Senam Pada Remaja Putri Untuk Mengatasi Primary Dysmenorrhea. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), 1145–1150.
- Isroani, F., Mahmud, S., Qurtubi, A., Hana P, P., & Rahmatia K, A. (2023). *Psikologi Perkembangan* . Solok, Sumatera Barat : Mitra Cendikia Media .
- Itani, R., Soubra, L., Karout, S., Rahme, D., Karout, L., & Khojah, H. M. J. (2022). Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, And Treatment Updates. *Korean Journal Of Family Medicine*, 43(2), 101–108.
- Jabong, D., Subang, K., Barat, J., & Aini, F. Q. (2024). *JTPIP-VOL.2, +NO.2+JUNI+2024+Hal+46-55*. 2(2).
- Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Tinjauan Pustaka. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 5(3), 66–73.
- Kadek Dwi Ariesthi, H. N. F. A. Y. P. (2020). Chmk Health Journal Volume 4 Nomor 2, April 2020. *Pengaruh Indeks Massa Tubuh (Imt) Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Kota Kupang*, 4(2), 0–7.
- Kemenkes. (2022, June 22). Skala Nyeri Pada Anak Usia Sekolah Dan Remaja
- Kemenkes. (2023, February 17). Remaja . *Pengertian Remaja* .
- Munir, R., Lestari, F., Zakiah, L., Kusmiati, M., & Anggun, A. (2024). *Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Haid (Dismenorrhea) Pada Mahasiswa Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor*. 2(1).
- Mutia, W. O. N. (2022). Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 18–23.
- Nainar, A. Al Ashri, Amalia, N. D., & Komariyah, L. (2023). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Menstruasi Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar Di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 7(1), 64–77.
- Nuraeni, R., & Nurholipah, A. (2021). Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Pada Mahasiswi Tingkat II. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 178–185.
- Penduduk, S. (2023). Badan Statistik . In D. D. Statistik, *Statistik Indonesia 2023* (P. 95). Jakarta : Badan Statistik .
- Prasetyaningsih, & Zalmadani, H. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Dismenore Pada Siswi Man Padusunan Kota Pariman. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1785–1790.
- Puspa Sari, D. D. (2022). *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Remaja* . Pekalongan, Jawa Tengah : PT. Nasya Expanding Management .
- Putri, I. W. S., & Gati, N. W. (2023). Gambaran Skala Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Desa Tanjungrejo Kabupaten Sukoharjo. *Nursing*

- News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), 1–10.
- Putri, N. E., & Putri, E. A. (2020). Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK). *Jurnal Nasioanal Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 3, 51–61.
- Rahmawati, E., Maret, U. S., & Terapan, K. S. (2023). *Penyuluhan Dismenore Serta Upaya Penanganan Kepada Remaja Putri Duku Dukuhan Desa Sambirejo*. 1(1), 17–21.
- Raja S, Carr D, Cohen M, Finnerup N, Flor H, & Gibson S. (2021). *The Revised Iasp Definition Of Pain: Concepts, Challenges, And Compromises*. *Pain [Revista En Internet]* 2021 [Acceso 4 De Marzo De 2022]; 161(9): 1-16. *Pain*, 161(9), 1976–1982.
- Resty Hermawahyuni, Handayani, S., & Alnur, R. D. (2022). Faktor Risiko Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi di SMK PGRI 1 Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), 97–101.
- Sadiman, S. (2022). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorhea. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 41.
- Saragih, H., Anda, A., Ginting, Y., & Manek, E. (2024). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dismenore Pada Remaja Putri Di Asrama Putri Santa Theresia Lisieux Sibolga. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 5(2), 292–302.
- Sari, T. M., Suprida, Amalia, R., & Yunola, S. (2023). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8, 219–231.
- Septiana, M., Khayati, N., & Machmudah, M. (2022). Kompres Hangat Menurunkan Nyeri Pada Remaja Yang Mengalami Dismenore Di Pondok Pesantren Sahlan Rosjidi. *Ners Muda*, 3(1).
- Shiyan, S., Pratiwi, G., Sari, A. R., Alta, U., Farmasi, J., Alam, P., & Sriwijaya, U. (2022). *Narative Review : Profil Fitokimia Dan Potensi Farmakologi Citrus Limon Shaum Shiyan 1 , Galih Pratiwi 2* , Ayu Ratna Sari 3 , Ulik Alta 4*. 7, 34–48.
- Sutriswanto, S. (2022). Uji Daya Hambat Air Perasan Jeruk Lemon (Citrus Limon) Terhadap Pertumbuhan Bakteri Salmonella Typhi. *Jurnal Laboratorium Khatulistiwa*, 6(1), 34.
- Triningsih, R. W., & Mas'udah, E. K. (2023). Studi Literatur: Mengurangi Dismenorea Melalui Penanganan Komplementer. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 46–56.
- Tusyukriyah, F., & Aisah, S. (2022). *Intervensi Aromaterapi Lemon Untuk Mengatasi Dismenore*. 3, 260–266.
- Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa Literature Review: Pain Assessment Tool To Adults Patients. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 1–7.
- Volume, J., & Islamy, A. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus*

Menstruasi Pada Factors That Influence The Menstruation Cycle In Young Women Level Iii. 1, 13–18.

Widowati, A. N. A. (2022). Pengaruh Penambahan Kulit Buah Lemon (Citrus Limon (L.)) Kering Terhadap Karakteristik Organoleptik, Total Padatan Terlarut, Ph, Kandungan Vitamin C dan Total Fenol Teh Celup Daun Kelor (*Moringa Oleifera*). *Jurnal Teknologi Pangan*, 6(1), 30–39.

Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102.

**L
A
M
P
I
R
A
N**



**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan**

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/0456/2025
Perihal : Izin Melakukan Survei Penelitian

30 Januari 2025

Yang terhormat,
Kepala Sekolah SMK Al-Razi Medan Johor
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi RPL Ahli Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : Inayah Khairi Syahfitri
NIM : P07124424121
Judul Penelitian : Pemberian Pengetahuan Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri di Smk Al-Razi

Jurusan Kebidanan
Ketua,

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

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.





SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN AL RAZI SINAR HARAPAN

Alamat : Jl. Eka Rasmi, Melinjo I No. 19 Kompleks Johor Permai Medan, Telp. 061-7861364

Nomor : 553/SMK/Arsinhar/I/2025

Hal : Izin Melaksakana Kegiatan Survei Penelitian

Lamp : -

Kepada Yth,
Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Medan
Di Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat Nomor PP.08.02/F.XXII.10/0456/2025 Tanggal 30 Januari 2025 tentang Izin Melakukan Survei Penelitian atas nama :

Nama : INAYAH KHAIRI SYAHFITRI
NIM : P07124424121
Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea Di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor Tahun 2025.

SMaka dengan ini kami sampaikan bahwa kami memberikan izin untuk dapat melaksanakan kegiatan survei penelitian tersebut pada tanggal 31 Januari 2025, dengan ketentuan segala peraturan yang berlaku di SMKS Al-Razi Sinar Harapan Medan supaya dilaksanakan dengan baik. demikian izin ini kami berikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Medan, 31 Januari 2025

Kepala Sekolah

Apt. Dra. Ety Oktima

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/ 2342/2025

19 Mei 2025

Perihal : Izin Penelitian

Yang terhormat,
Kepala Sekolah SMK Al-Razi Medan Johor
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi RPL Ahli Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : Inayah Khairi Syahfitri
NIM : P07124424121
Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri
Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa
Nyeri Dismenorea Di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor
Tahun 2025

Jurusan Kebidanan

Ketua



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

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.





SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN AL RAZI SINAR HARAPAN

Alamat : Jl. Eka Rasmi, Melinjo I No. 19 Kompleks Johor Permai Medan, Telp. 061-7861364

Nomor : 553/SMK/Arsinhar/V/2025
Hal : Izin Melaksakana Kegiatan Penelitian
Lamp : -

Kepada Yth,
Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Medan
Di Tempat

Dengan Hormat,
Sehubungan dengan surat Nomor PP.08.02/F.XXII.10/2342/2025 Tanggal 19 Mei 2025 tentang Izin Melakukan Penelitian atas nama :

Nama : INAYAH KHAIRI SYAHFITRI
NIM : P07124424121
Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea Di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor Tahun 2025.

Maka dengan ini kami sampaikan bahwa kami memberikan izin untuk dapat melaksanakan kegiatan penelitian tersebut pada tanggal 10 Mei 2025, dengan ketentuan segala peraturan yang berlaku di SMKS Al-Razi Sinar Harapan Medan supaya dilaksanakan dengan baik. demikian izin ini kami berikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Medan, 20 Mei 2025

Kepala Sekolah

apL. Dra. Eky Oktima



SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN AL RAZI SINAR HARAPAN

Alamat : Jl. Eka Rasmi, Melinjo I No. 19 Kompleks Johor Permai Medan, Telp. 061-7861364

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : 553/SMK/Arsinhar/V/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : apt. Dra. Elvy Oktima

Jabatan : Kepala Sekolah SMK Al-Razi Sinar Harapan

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswi berikut :

Nama : INAYAH KHAIRI SYAHFITRI

NIM : P07124424121

Fakultas : Kebidanan

Jurusan : D-IV Kebidanan

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan

Telah selesai melakukan penelitian di SMKS Al-Razi Sinar Harapan pada tanggal 10 Mei 2025 untuk memperoleh data dalam penyusunan skripsi dengan judul "Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea Di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor Tahun 2025".

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 20 Mei 2025

Kepala Sekolah

apt. Dra. Elvy Oktima

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.1489/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : INAYAH KHAIRI SYAHFITRI
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

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

*"THE EFFECT OF GIVING KNOWLEDGE TO ADOLESCENT FEMALES ABOUT LEMON AROMATHERAPY ON
REDUCING PAIN FROM DYSMENORHEA AT AL-RAZI VOCATIONAL SCHOOL, MEDAN DISTRICT, JOHOR IN 2025"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 23 Juli 2025 sampai dengan tanggal 23 Juli 2026.

This declaration of ethics applies during the period July 23, 2025 until July 23, 2026.

July 23, 2025
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

00522/EE/2025/0159231271

**PEMBERIAN PENGETAHUAN AROMATERAPI LEMON UNTUK
PENGURANGAN DISMENORHEA PADA REMAJA PUTRI**

Petunjuk : Berilah tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan jawaban anda yang benar !

1. Nama :
2. Kelas :
3. Umur :
4. Umur pertama menstruasi :
5. No. HP/WA :
6. Berapa lama anda menstruasi ?
☐ < 7 hari ☐ > 7 hari
7. Apakah anda merasakan nyeri pada saat menstruasi ?
☐ Ya ☐ Tidak
8. Ketika anda sedang mengalami nyeri pada saat menstruasi apakah anda mengkonsumsi obat pereda nyeri ?
☐ Ya ☐ Tidak
9. Jenis obat pereda nyeri apa yang anda konsumsi jika mengalami nyeri pada saat menstruasi ?
☐ Farmakologi ☐ Non-Farmakologi
10. Apakah anda sudah mengetahui bahwasannya aromaterspi lemon dapat meredakan nyeri pada saat menstruasi?
☐ Sudah ☐ Belum
11. Apakah anda pernah mendapatkan informasi mengenai aromaterapi lemon yang dapat meredakan nyeri pada saat menstruasi ?
☐ Ya ☐ Tidak
Jika, Ya, dimana anda mendapatkan informasi tersebut:
12. Berilah tanda ceklis (✓) pada salah satu kolom yang telah disediakan. Menurut anda, skala nyeri mana yang selalu anda rasakan ketika sedang menstruasi ?
☐ skala 0 : Tidak ada rasa nyeri yang dialami
☐ skala 1 : Nyeri seperi rasa nyut-nyutan di perut

- ☐ skala 2 : Nyeri seperti terlilit atau terpukul, namun masih bisa berkomunikasi baik dengan orang lain
- ☐ skala 3 : Nyeri seperti perih, namun masih bisa untuk melakukan aktivitas seperti biasanya.
- ☐ skala 4 : Nyeri seperti kram dan masih bisa dikurangi dengan berganti posisi
- ☐ skala 5 : Nyeri seperti tertekan atau tergesek dan masih bisa dikurangi dengan berganti posisi
- ☐ skala 6 : Nyeri seperti terbakar dan tertusuk-tusuk
- ☐ skala 7 : Nyeri seperti perih yang tidak bisa untuk ditahan
- ☐ skala 8 : Sangat nyeri seperti perih dan kram yang sangat mengganggu, masih bisa untuk di kontrol dan beraktivitas ringan
- ☐ skala 9 : Nyeri berat, tidak dapat dikontrol lagi dan tidak dapat beraktivitas
- ☐ skala 10 : Nyeri yang sangat berat, tidak bisa untuk dikontrol, tidak dapat beraktivitas, dan tidak dapat untuk berkomunikasi dengan baik.

STANDART OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) AROMATERAPI LEMON

Defenisi	Aromaterapi lemon merupakan salah satu terapi dengan aroma harum-haruman, dimana aromaterapi lemon ini mengandung limeone yang sangat bermanfaat untuk menghambat system kerja dari prostaglandin sehingga dapat menurunkan rasa nyeri pada dismenorhea.
Tujuan	Teknik pemberian aromaterapi lemon ini dapat untuk mengurangi rasa nyeri dismenorhea dan menghasilkan perasaan tenang serta rileks, sehingga rasa nyeri secara perlahan menurun.
Kebijakan	Khasiat dari aromaterapi lemon merupakan produk yang telah beredar di kalangan masyarakat dan dapat memberikan banyak manfaat yang optimal bagi kesehatan tubuh dan juga meredakan nyeri pada saat menstruasi bagi wanita.
Waktu	Dilakukan ketika sedang mengalami nyeri dismenorhea pada saat nyeri sedang dengan skala nyeri 4-6, dengan pemberian di pagi dan malam hari selama ± 15 menit.
Persiapan alat dan bahan	1. Tempat dan lingkungan yang nyaman sesuai dengan rasa nyaman yang dirasakan oleh responden 2. Aromaterapi Lemon 3. Air hangat sebanyak 250 cc (2 gelas), dengan hangat kuku (tidak panas dan juga tidak dingin). 4. Handuk bersih 5. Wadah
Langkah-langkah	1. Masukkan air hangat sebanyak 250 cc ke dalam wadah yang telah disediakan. 2. Meneteskan 3 tetes aromaterapi lemon kedalam wadah yang sudah berisi air hangat 3. Lalu dekatkan hidung dengan wadah yang sudah berisi dengan air dan aromaterapi lemon selama 4-5 menit dengan jarak 3 cm dari hidung, lalu tutup kepala dengan menggunakan handuk (seperti menyungkup), dan pastikan bahwa anda menghirupnya dengan baik. 4. Lakukan kegiatan ini setiap pagi dan malam hari.

SATUAN ACARA PENGAJARAN (SAP)

PRE-INTERVENSI

Pokok Bahasan : Pemaparan materi aromaterapi lemon yang dapat menurunkan nyeri menstruasi.

Waktu : 30 menit

Tujuan :

1. Tujuan Umum

Setelah mengikuti materi yang telah disampaikan, klien dapat menggunakan aromaterapi lemon untuk mengurangi rasa nyeri menstruasi.

2. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti pembelajaran, diharapkan :

- a) Klien dapat mengetahui bahwasannya aromaterapi lemon dapat menurunkan nyeri menstruasi
- b) Klien dapat menggunakan aromaterapi lemon di rumah ketika sedang mengalami nyeri menstruasi

Materi : SOP Aromaterapi Lemon

Strategi Instruksional :

No	Kegiatan	Metode	Media	Waktu
1.	Pembukaan a) Memberikan salam kepada klien b) Menjelaskan tujuan dan prosedur penggunaan aromaterapi yang dapat menurunkan nyeri menstruasi c) Memberikan <i>informed consent</i> kepada setiap klien	Diskusi	-	5 menit
2.	Inti a) Mengkaji tingkat nyeri yang dirasakan setiap klien b) Mengambil data <i>pre-test</i> tingkat nyeri pada klien (lembar observasi)	Ceramah/ Demonstrasi	Kuesioner, Leaflet, PPT, Laptop	20 menit

	c) Memberikan materi mengenai dismenorhea primer dan beberapa cara penanganannya d) Mengajarkan beberapa cara penggunaan aromaterapi untuk nyeri menstruasi e) Memberikan fase istirahat sejenak untuk klien			
3.	Penutup a) Melakukan tanya jawab dengan klien, untuk mengetahui seberapa paham mengenai materi yang telah disampaikan	Diskusi	-	5 menit

SATUAN ACARA PENGAJARAN (SAP) POST-INTERVENSI

Pokok Bahasan : Pemaparan materi aromaterapi lemon yang dapat menurunkan nyeri menstruasi.

Waktu : 10 menit

Tujuan :

1. Tujuan Umum

Setelah mengikuti materi yang telah disampaikan, klien dapat menggunakan aromaterapi lemon untuk mengurangi rasa nyeri menstruasi.

2. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti pembelajaran, diharapkan :

- a) Klien dapat mengetahui bahwasannya aromaterapi lemon dapat menurunkan nyeri menstruasi
- b) Klien dapat menggunakan aromaterapi lemon di rumah ketika sedang mengalami nyeri menstruasi

Materi : SOP Aromaterapi Lemon

Strategi Instruksional :

No	Kegiatan	Metode	Media	Waktu
1.	Pembukaan a) Memberikan salam kepada klien	Diskusi	-	2 menit
2.	Inti a) Mengambil data <i>pre-test</i> tingkat nyeri pada klien (lembar observasi)	Diskusi	Kuesioner	5 menit
b)	Penutup a) Mengingatkan kepada klien untuk menggunakan aromaterapi lemon jika mengalami nyeri menstruasi b) Mengucapkan banyak terimakasih kepada klien dan keikutsertaanya	Diskusi	-	3 menit

Manfaat Aromaterapi Lemon

Pada aromaterapi lemon terdapat kandungan utamanya yaitu limeone yang berfungsi untuk menghambat system kerja hormone prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri dan menghasilkan efek yang tenang untuk tubuh.



Respon aroma yang dihasilkan dari aromaterapi lemon akan merangsang kerja sel neurokimia otak. Maka, dari itu aroma yang menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enfeakalin yang berguna sebagai penghilang rasa sakit dan menimbulkan rasa tenang

Apa itu buah Lemon ?

Lemon (Citrus Limon) adalah tanaman dari genus citrus. Lemon banyak digunakan terutama minyak atsiri, dan air perasan dari buahnya. Baik digunakan sebagai obat ataupun bahan makanan.

Kandungan pada buah Lemon

Lemon mengandung berbagai substans fitokimiaseperti polyphenoldan terpenes. Selain itu juga lemon mengandung essentian oil seperti limeone, flavonoids, vitamin C, karotenoids, mucilages, kalsium oksalat, sitrat, citrain, terpineol, camhenium, dan fellander



AROMATERAPI LEMON

RELAXING • CALMING • REFRESHING



Kemenkes
Poltekkes Medan

INAYAH KHAIRI SYAHFETRI

Indikasi Aromaterapi Lemon

- Mengurangi Mual dan Muntah: Aromaterapi lemon efektif dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil
- Mengurangi Nyeri: Aromaterapi lemon dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi
- Mengurangi Kecemasan: Aromaterapi lemon dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan cemas
- Meningkatkan Mood: Aromaterapi lemon dapat meningkatkan mood dan menurunkan emosi negatif

Kontrandikasi Aromaterapi Lemon

- Alergi: Klien yang memiliki alergi terhadap aromaterapi, khususnya minyak esensial lemon, sebaiknya tidak menggunakan aromaterapi lemon



Cara Penggunaan Aromaterapi Lemon

Persiapan Alat dan Bahan :

- Tempat dan lingkungan yang nyaman
- Aromaterapi Lemon
- Air hangat sebanyak 250 ml (2 gelas)
- Wadah
- Handuk

Langkah-langkah :

- Masukkan air hangat sebanyak 250 ml ke dalam wadah yang telah disediakan.
- Meneteskan 3 tetes aromaterapi lemon kedalam wadah yang sudah berisi air hangat
- Lalu dekatkan hidung dengan wadah yang sudah berisi dengan air dan aromaterapi lemon selama 4-5 menit dengan jarak 3 cm dari hidung, lalu tutup kepala dengan menggunakan handuk pastikan bahwa anda menghirupnya dengan baik,
- Lakukan kegiatan ini setiap pagi dan malam hari



“PADA AROMATERAPI LEMON TERDAPAT KANDUNGAN UTAMANYA YAITU LIMEONE YANG BERFUNGSI UNTUK MENGHAMBAT SYSTEM KERJA HORMONE PROTAGLANDIN SEHINGGA DAPAT MENGURANGI RASA NYERI DAN MENGHASILKAN EFEK YANG TENANG UNTUK TUBUH.”















No Resp	Nama	Usia	Usia Menarche	Lama Menstruasi	Pengetahuan Sebelum		Total Skor	Pengetahuan Sesudah		Total Skor
					P1	P2		P1	P2	
1	Airin	15	12	> 7	50	50	100	50	50	100
2	Adinda	15	14	>7	0	50	50	50	50	100
3	Marzani	16	11	>7	0	50	50	50	0	50
4	Salsabila Indah	15	12	<7	50	0	50	50	50	100
5	Nazilla	16	11	<7	50	0	50	50	50	100
6	Nurhafiza	15	12	<7	50	0	50	50	50	100
7	Nadia	15	11	<7	50	0	50	50	50	100
8	Salsabila C	16	11	<7	0	50	50	50	50	100
9	Rindu	17	13	>7	0	50	50	50	50	100
10	Naura	16	12	<7	50	0	50	50	50	100
11	Nurul	16	13	<7	50	50	100	50	50	100
12	Ajeng	16	12	>7	0	50	50	50	50	100
13	Kharina	16	13	<7	50	0	50	50	50	100
14	Muflaha	16	12	>7	50	0	50	50	0	50
15	Zaskia	16	12	>7	0	50	50	50	50	100
16	Syafwa	16	13	>7	0	50	50	50	50	100
17	Lyla	17	14	<7	0	50	50	50	50	100
18	Tasya	16	11	>7	50	0	50	50	50	100
19	Akilla	16	14	<7	50	50	100	50	50	100
20	Mulanacita	16	14	<7	50	0	50	50	50	100

**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 Syahfitri¹

¹Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Kebidanan
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih, Medan Tuntungan, Sumatera Utara
Email : inayahkhairisyahfitrii@gmail.com

*THE EFFECT OF GIVING KNOWLEDGE TO ADOLESCENT FEMALES ABOUT LEMON
AROMATHERAPY ON REDUCING PAIN FROM DYSMENORRHEA AT AL-RAZI
VOCATIONAL SCHOOL, MEDAN DISTRICT, JOHOR IN 2025*

ABSTRACT

Introduction: 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, and 10–15% of these are considered mild. If left untreated, dysmenorrhea can lead to serious health problems. One non-pharmacological method used to manage menstrual pain is lemon aromatherapy, which is known to have a relaxing effect and is safe and affordable.

Methods: This study used a quantitative approach with a pre-experimental design (one group pre-test and post-test). Respondents were 20 10th and 11th grade female students at SMK Al-Razi, Medan Johor District, selected using a purposive sampling technique.

Result and Discussion: The Wilcoxon test showed a significant effect of providing education about lemon aromatherapy on reducing menstrual pain, with a p-value of 0.001 ($p < 0.05$).
Conclusion.

Keywords: Dysmenorrhea, Lemon Aromatherapy.

ABSTRAK

Latar Belakang: 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.

Metode: 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 Penelitian: Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan adanya pengaruh signifikan pemberian edukasi tentang aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri haid, dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan pada remaja putri mengenai aromaterapi lemon terhadap penurunan rasa nyeri dismenorhea yang signifikan

Kata Kunci: Dismenorhea, Aromaterapi Lemon.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan fisik, hormonal, dan psikologis yang signifikan. Pada remaja putri, salah satu tanda penting kematangan reproduksi adalah menstruasi. Meskipun merupakan proses fisiologis yang normal, sebagian besar remaja mengalami keluhan menstruasi, terutama dismenoreia. WHO melaporkan bahwa sekitar 50–90% remaja di seluruh dunia mengalami dismenoreia, dan sebagian di antaranya merasakan nyeri yang cukup berat hingga mengganggu aktivitas sehari-hari (World Health Organization, 2022). Di Indonesia, angka kejadian dismenoreia juga tinggi dan menjadi masalah kesehatan reproduksi yang paling sering dilaporkan pada siswi sekolah menengah.

Dismenoreia primer umumnya disebabkan oleh peningkatan produksi prostaglandin $F2\alpha$ yang menyebabkan kontraksi uterus berlebihan dan vasokonstriksi sehingga memicu rasa nyeri (Itani et al., 2022). Kondisi ini dapat mengakibatkan gangguan konsentrasi, penurunan prestasi akademik, perubahan suasana hati, hingga absensi sekolah (Hidayah & Fatmawati, 2020). Karena dampaknya yang cukup luas pada kualitas hidup remaja, penanganan dismenoreia membutuhkan metode yang tidak hanya efektif tetapi juga aman dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu terapi nonfarmakologi yang semakin banyak digunakan adalah aromaterapi. Aromaterapi lemon (*Citrus limon*) mengandung senyawa limonene dan linalool yang memberikan efek relaksasi, meningkatkan mood, serta bekerja pada sistem limbik untuk menurunkan persepsi nyeri (Ariani et al., 2023). Metode ini dinilai aman, terjangkau, dan sesuai

digunakan oleh remaja. Namun, banyak remaja yang belum memahami manfaat aromaterapi lemon sebagai salah satu cara mengurangi nyeri menstruasi.

Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai manajemen nyeri menstruasi. Pengetahuan yang baik dapat membantu remaja memilih metode penanganan yang tepat dan aman, termasuk penggunaan aromaterapi (Notoatmodjo, 2018). Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh pemberian pengetahuan tentang aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri dismenoreia pada remaja menjadi relevan dan penting untuk dilakukan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pengetahuan tentang aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri dismenoreia pada remaja putri di SMK Al-Razi Kecamatan Medan Johor Tahun 2025.

KAJIAN PUSTAKA

Remaja merupakan kelompok usia yang berada dalam masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, hormonal, dan psikologis. Menurut WHO (2022), remaja berada pada rentang usia 10–19 tahun dan sedang mengalami perkembangan pesat dalam hampir seluruh aspek kehidupan. Pada remaja putri, salah satu perubahan terpenting adalah munculnya menstruasi sebagai tanda kematangan reproduksi. Perubahan hormonal yang terjadi, terutama peningkatan estrogen dan progesteron, memengaruhi berbagai mekanisme fisiologis, termasuk siklus menstruasi dan persepsi nyeri menstruasi (Puspa Sari, 2022). Ketidakseimbangan hormon pada masa ini juga membuat remaja lebih sensitif terhadap stres, kecemasan, dan nyeri (Hidayah & Fatmawati, 2020).

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang terjadi secara berkala dan melibatkan peluruhan lapisan endometrium akibat penurunan hormon progesteron. Siklus ini diatur oleh interaksi kompleks antara hormon FSH, LH, estrogen, dan progesteron (Anggreni, 2022). Namun, menstruasi sering disertai keluhan seperti nyeri perut bawah, kram, dan ketidaknyamanan yang dikenal sebagai dismenorea. Dismenorea adalah kondisi nyeri yang muncul menjelang atau selama menstruasi dan menjadi masalah kesehatan reproduksi paling umum pada remaja putri di seluruh dunia. WHO melaporkan bahwa sekitar 50–90% remaja mengalami dismenorea, dengan sekitar 15% mengalami nyeri berat hingga mengganggu aktivitas (WHO, 2022).

Dismenorea primer terjadi tanpa adanya kelainan organik pada sistem reproduksi dan disebabkan oleh peningkatan kadar prostaglandin, khususnya prostaglandin F2 α , yang memicu kontraksi uterus berlebihan dan vasokonstriksi sehingga menimbulkan rasa nyeri (Itani et al., 2022). Faktor risiko seperti usia remaja, menarche dini, stres, kurang aktivitas fisik, dan faktor genetik dapat memperparah nyeri menstruasi (Ariani et al., 2023). Dismenorea dapat menyebabkan gangguan aktivitas, penurunan konsentrasi, perubahan suasana hati, hingga absensi sekolah yang berdampak pada prestasi akademik (Notoatmodjo, 2018).

Berbagai metode penanganan dismenorea dapat dilakukan, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Analgesik seperti asam mefenamat dan ibuprofen memang efektif, namun penggunaan jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan lambung dan ketergantungan obat (Anggreni, 2022). Oleh karena itu, metode nonfarmakologi seperti olahraga, kompres hangat, teknik relaksasi, dan aromaterapi semakin sering direkomendasikan karena lebih aman dan mudah diterapkan oleh remaja (Hidayah & Fatmawati, 2020).

Aromaterapi lemon menjadi salah satu terapi komplementer yang terbukti efektif menurunkan nyeri menstruasi. Minyak esensial lemon (*Citrus limon*) mengandung senyawa aktif seperti limonene, citral, dan linalool yang memiliki efek relaksasi, antiinflamasi, dan analgesik ringan (Ariani et al., 2023).

Mekanisme kerja aromaterapi diawali dengan inhalasi molekul aroma yang diterima oleh reseptor penciuman, diteruskan ke sistem limbik di otak, yaitu pusat pengendalian emosi dan persepsi nyeri. Aktivasi sistem limbik menstimulasi pelepasan neurotransmitter seperti endorfin dan serotonin yang dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa nyaman, dan menurunkan persepsi nyeri (Itani et al., 2022). Secara psikologis, aroma lemon memberikan sensasi segar dan menenangkan, sehingga dapat membantu remaja mengatasi ketegangan selama menstruasi.

Selain memberikan efek fisiologis, pemanfaatan aromaterapi lemon juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan remaja mengenai cara kerja dan manfaatnya. Pendidikan kesehatan menjadi faktor penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja dalam melakukan manajemen nyeri menstruasi. Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan merupakan dasar pembentukan perilaku kesehatan. Remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang manfaat aromaterapi lemon lebih mungkin untuk menggunakannya sebagai alternatif terapi penanganan nyeri dibandingkan remaja yang tidak memiliki informasi tersebut. Penelitian oleh Ariani et al. (2023) juga menyatakan bahwa edukasi tentang aromaterapi dapat meningkatkan motivasi remaja untuk melakukan self-care selama menstruasi.

Kajian penelitian terdahulu menunjukkan bahwa aromaterapi lemon efektif mengurangi intensitas nyeri menstruasi dan dapat menjadi alternatif pengganti analgesik bagi remaja. Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada efek penggunaan aromaterapi, bukan pada pemberian pengetahuan atau edukasi kesehatan sebagai faktor pendukung keberhasilan terapi. Hal ini menunjukkan adanya celah penelitian (*research gap*) mengenai bagaimana peningkatan pengetahuan melalui edukasi dapat mempengaruhi penurunan nyeri dismenorea. Karena itu, penelitian mengenai pengaruh pemberian pengetahuan tentang aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenorea pada remaja putri menjadi relevan untuk dilakukan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-experimental menggunakan one group pretest–posttest design. Desain ini digunakan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan dan intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang aromaterapi lemon. Penelitian dilaksanakan di SMK Al-Razi Kecamatan Medan Johor pada Januari–Mei 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang berjumlah 49 orang, dan sebanyak 20 siswi dipilih sebagai sampel menggunakan teknik total sampling sesuai kriteria inklusi. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan lembar observasi tingkat nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS).

Prosedur penelitian dimulai dengan pemberian pretest kepada responden untuk

mengetahui pengetahuan awal mereka tentang aromaterapi lemon. Selanjutnya diberikan edukasi melalui ceramah dan demonstrasi selama 30 menit. Setelah intervensi, dilakukan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan perubahan nyeri menstruasi yang dirasakan. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon karena pengukuran dilakukan dua kali pada kelompok yang sama dan data bersifat ordinal. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah $p < 0,05$ untuk menentukan adanya pengaruh intervensi.

Penelitian ini telah mendapatkan izin etik dari Komite Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Medan.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 20 responden remaja putri. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan awal mereka mengenai aromaterapi lemon masih rendah, namun meningkat tajam setelah edukasi diberikan. Selain itu, intensitas nyeri menstruasi yang sebelumnya berada pada kategori sedang hingga berat menurun menjadi ringan hingga sedang setelah intervensi.

Tabel 1.1 Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea Di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor Tahun 2025

	Mean	Confident Interval	Standar Confident	Wilcoxon Rank Test <i>P</i> (failed)
Sebelum	57,5000	48,927- 66,072	18,31738	< 0,001
Sesudah	95,0000	87,79 - 102,20	15,38968	

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan $p\text{-value}$ $0,001 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan pengetahuan remaja putri tentang aromaterapi lemon sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, pemberian pengetahuan mengenai aromaterapi lemon terbukti berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan pada remaja putri setelah diberikan edukasi mengenai aromaterapi lemon. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 57,5 pada pretest menjadi 95 pada posttest. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi efektif dalam

meningkatkan pemahaman responden. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi sikap dan perilaku

seseorang dalam memilih tindakan kesehatan, termasuk dalam manajemen nyeri menstruasi.

Selain peningkatan pengetahuan, penelitian ini juga menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri

dismenorea setelah intervensi. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang hingga berat, namun setelah intervensi nyeri menurun menjadi kategori ringan hingga sedang. Hal ini menunjukkan bahwa remaja mulai memahami dan menerapkan penggunaan aromaterapi lemon sebagai salah satu metode nonfarmakologi untuk meredakan nyeri haid.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian pengetahuan mengenai aromaterapi lemon tidak hanya meningkatkan pemahaman remaja, tetapi juga berdampak pada penurunan intensitas nyeri menstruasi yang mereka alami.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi tentang aromaterapi lemon efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri dan secara signifikan menurunkan intensitas nyeri dismenorea. Nilai pengetahuan meningkat dari pretest ke posttest, dan skala nyeri menurun setelah intervensi, dengan nilai $p = 0,001$. Dengan demikian, pemberian pengetahuan mengenai aromaterapi lemon berpengaruh nyata terhadap penanganan nyeri menstruasi pada remaja putri.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar sekolah dan pihak tenaga kesehatan terus memberikan edukasi mengenai metode nonfarmakologi seperti aromaterapi lemon sebagai upaya mandiri dalam mengatasi dismenorea pada remaja putri. Remaja diharapkan dapat menerapkan aromaterapi lemon secara rutin saat mengalami nyeri menstruasi untuk membantu mengurangi ketidaknyamanan.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, serta menilai efektivitas aromaterapi lemon secara langsung agar hasil yang diperoleh lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- April, N., Terhadap, F., Menstruasi, S., Remaja, P., & Pmb, D. I. (2023). SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah. 2(4), 1338–1355.
- Aprilia, D., Cahya, P., Studi Kebidanan Program Sarjana, P., & Kesehatan, F. (2022). Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Meringankan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Bergas Lor. Prosiding Seminar Nasional Dan Call For Paper Kebidanan , 1(2), 932–938.
- Aprilla, N., & Zurrahmi, Z. R. (2021). Jurnal Ners Research & Learning In Nursing Science Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Sman 2 Bangkinang Kota 2020. 5(23), 32–37.
- Ariani, A., Mulyani, Y., & Rosifa, R. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri. Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan, 10(2), 126–133.
- Artawan, I. P., Iketut Alit Adianta, Ik. A. A., & Ida Ayu Manik Damayanti, I. A. M. D. (2022). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itekes Bali Tahun 2022. Jurnal

- Riset Kesehatan Nasional, 6(2), 94–99.
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). Saintika Medika, 13(1), 7.
- BKKBN. (2023, June 05). Kegiatan Operasional Ketahanan Keluarga Berbasis Kelompok Kegiatan di Kampung KB. Pengertian Remaja
- Cindiya, A. N. O., Islami, N., & Muyassaroh. (2023). Ekstraksi Kulit Jeruk Lemon (Citrus Limon) Dengan Variasi Perlakuan Bahan Dan Daya Menggunakan Metode Microwave Assisted Extraction (Mae). Jurnal Atmosphere, 4(2), 21–26.
- Djailani, Y. A., Nasrianti, Hasnia, & Rosyidi, M. (2023). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Upaya Penanganan Dismenore di SMP IT Insan Cendekia Doyo Baru Kabupaten Jayapura. Jurnal Kesehatan, 11(1), 140–149.
- Dwi Hastuty, Y., & Atika Nasution, N. (2023). Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi . Jambi : PT. Sonpedia Publishing Indonesia .
- Harfouch, R. M., Janoudi, H., Muhammad, W., Hammami, A., & Chouman, F. (2019). *In Vitro Antibacterial Activity Of Citrus Limon Peel Extracts Against Several Bacterial Strains. Available Online Wwww.Jocpr.Com Journal Of Chemical And Pharmaceutical Research*, 11(7), 48–51.
- Hartinah, D., Wigati, A., & Maharani, L. V. (2023). Pengaruh Terapi Farmakologi Dan Non-Farmakologi Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi. Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan, 14(1), 245–252.
- Hidayah, N., & Fatmawati, R. (2020). Buku Ajar Manajemen Nyeri Haid Pada Remaja . Surakarta : Yuma Pustaka .
- Hikmandayani, R. T. (2023). Psikologi Perkembangan Remaja . Purbalingga, Jawa Tengah : Eureka Media Aksara.
- Hitipeuw, J. A., & Achmad, H. I. (2022). Penanganan Dismenorea Pada Remaja Putri. Jurnal Kebidanan (Jbd), 2(2), 162–168.
- Ilham, M. A., Islamy, N., Sayhrul, H., & Sari, R. D. P. (2023). Jurnal Penelitian Perawat Profesional. Jurnal Penelitian Perawatan Profesional, 5, 185–192.
- Indonesia, S. (2023). Sensus Penduduk. Jakarta : Badan Statistik .
- Indrayani, T. (2023). Pengaruh Senam Pada Remaja Putri Untuk Mengatasi Primary Dysmenorrhea. Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 13(3), 1145–1150.
- Itani, R., Soubra, L., Karout, S., Rahme, D., Karout, L., & Khojah, H. M. J. (2022). *Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, And Treatment Updates. Korean Journal Of Family Medicine*, 43(2), 101–108.
- Kemenkes. (2022, June 22). Skala Nyeri Pada Anak Usia Sekolah Dan Remaja
- Kemenkes. (2023, February 17). Remaja . Pengertian Remaja .
- Munir, R., Lestari, F., Zakiah, L., Kusmiati, M., & Anggun, A. (2024). Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Haid (Dismenorhea) Pada Mahasiswa

- Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor. 2(1).
- Mutia, W. O. N. (2022). Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 18–23.
- Nuraeni, R., & Nurholipah, A. (2021). Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Pada Mahasiswi Tingkat II. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 178–185.
- Penduduk, S. (2023). Badan Statistik . In D. D. Statistik, Statistik Indonesia 2023 (P. 95). Jakarta : Badan Statistik .
- Prasetyaningsih, & Zalmadani, H. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Dismenore Pada Siswi Man Padusunan Kota Pariman. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1785–1790.
- Putri, I. W. S., & Gati, N. W. (2023). Gambaran Skala Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Desa Tanjungrejo Kabupaten Sukoharjo. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), 1–10.
- Putri, N. E., & Putri, E. A. (2020). *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*. *Jurnal Nasioanal Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 3, 51–61.
- Rahmawati, E., Maret, U. S., & Terapan, K. S. (2023). Penyuluhan Dismenore Serta Upaya Penanganan Kepada Remaja Putri Dukuh Dukuhan Desa Sambirejo. 1(1), 17–21.
- Raja S, Carr D, Cohen M, Finnerup N, Flor H, & Gibson S. (2021). *The Revised Iasp Definition Of Pain: Concepts, Challenges, And Compromises. Pain [Revista En Internet] 2021 [Acceso 4 De Marzo De 2022]; 161(9): 1-16. Pain, 161(9), 1976–1982.*
- Resty Hermawahyuni, Handayani, S., & Alnur, R. D. (2022). Faktor Risiko Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi di SMK PGRI 1 Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), 97–101.
- Sadiman, S. (2022). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorhea. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 41.
- Sari, T. M., Suprida, Amalia, R., & Yunola, S. (2023). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal ‘Aisyiyah Medika*, 8, 219–231.
- Shiyan, S., Pratiwi, G., Sari, A. R., Alta, U., Farmasi, J., Alam, P., & Sriwijaya, U. (2022). Narative Review : Profil Fitokimia Dan Potensi Farmakologi Citrus Limon Shaum Shiyan 1 , Galih Pratiwi 2* , Ayu Ratna Sari 3 , Ulik Alta 4. 7, 34–48.
- Triningsih, R. W., & Mas’udah, E. K. (2023). Studi Literatur: Mengurangi Dismenorea Melalui Penanganan Komplementer. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 46–56.
- Tusyukriyah, F., & Aisah, S. (2022). Intervensi Aromaterapi Lemon Untuk Mengatasi Dismenore. 3, 260–266.
- Volume, J., & Islamy, A. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Factors *That Influence The Menstruation Cycle In Young Women Level III*. 1, 13–18.
- Widowati, A. N. A. (2022). Pengaruh Penambahan Kulit Buah Lemon (Citrus Limon (L.)) Kering Terhadap Karakteristik

- Organoleptik, Total Padatan Terlarut, Ph, Kandungan Vitamin C dan Total Fenol Teh Celup Daun Kelor (*Moringa Oleifera*). *Jurnal Teknologi Pangan*, 6(1), 30–39.
- Wijayanti, W., Sunarsih, T., Kartini, F., & Rohmatika, D. (2022). Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) Berdasarkan Karakteristik Siswi Kelas Xii Di Pondok Pesantren Sukoharjo. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 13(1), 24–31.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102.

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Medan, saya yang bertanda tangan dibawah ini .

Nama : Inayah Khairi Syahfitri
NIM : P07124424121
Prodi/Jurusan : Alih Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan
Judul Tugas Akhir : Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri
Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa
Nyeri Dismenorea di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor
Tahun 2025.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Medan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive royalty- Free Right*) atas skripsi saya 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”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalt Non-eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Medan berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

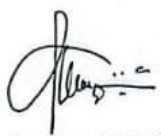
Dibuat di Medan
Pada Tanggal 16 Juni 2025
Yang menyatakan

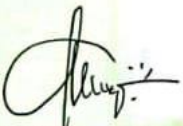
Inayah Khairi Syahfitri

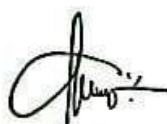
KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Inayah Khairi Syahfitri
 NIM : P07124424121
 Judul Skripsi : "Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pada Remaja Putri Mengenai Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenorea Di SMK Al-Razi Kec. Medan Johor Tahun 2025."
 Pembimbing Utama : Ardiana Batubara, SST, M.Keb
 Pembimbing Pendamping : Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes

NO.	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1.	06-11-2024	Pengajuan Judul Skripsi	Penelusuran literatur untuk menentukan rumusan masalah dan tujuan dari penelitian	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
2.	13-11-2024	Pengajuan Judul Skripsi	ACC Judul Penelitian	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
3.	14-11-2024	Pengajuan Judul Skripsi	ACC Judul Penelitian	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)

4.	03-12-2024	Pengajuan Bab I	Revisi Bab I, dan Melanjutkan Ke Bab II dan Bab III	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
5.	13-01-2025	Bimbingan Perbaikan Bab I, dan Pengajuan Bab II dan III	Revisi Bab II, dan Bab III	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
6.	15-01-2025	Bimbingan Perbaikan Bab II, dan Bab III	Revisi Bab III	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
7.	20-01-2025	Bimbingan Perbaikan Bab III	ACC Untuk Maju Seminar Proposal	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
8.	21-01-2025	Bimbingan Bab I, II, dan III	Revisi Penulis Bab I dan II	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)

9.	23-01-2025	Bimbingan Perbaikan Penulisan Bab I dan Bab II	Revisi Bab III	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
10.	24-01-2025	Bimbingan Perbaikan Bab III	ACC Untuk Maju Seminar Proposal	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
11.	12-03-2025	Bimbingan Revisi Seminar Proposal	Revisi Penulisan Bab I, II, dan III	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
12.	18-03-2025	Bimbingan Perbaikan Penulisan Bab I, II, dan III	Revisi Bab III	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
13.	19-03-2025	Bimbingan Revisi Bab III	Revisi Penulisan Daftar Pustaka	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)

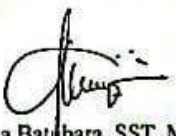
14	20-03-2025	Bimbingan Revisi Penulisan Daftar Pustaka	ACC Revisi Seminar Proposal	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
15	06-05-2025	Bimbingan Revisi Seminar Proposal	Revisi Penulisan Bab II dan Bab III	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
16	07-05-2025	Bimbingan Revisi Penulisan Bab II dan Bab III	ACC Revisi Seminar Proposal	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
17	14-05-2025	Bimbingan Revisi Seminar Proposal	ACC Revisi Seminar Proposal	 (Suswati, SST, M.Kes)
18	28-05-2025	Bimbingan Bab IV dan V	Revisi Bab IV	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
19	30-05-2025	Bimbingan Revisi Bab IV dan Bab V	Revisi Bab IV dan V	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)

20.	02-06-202	Bimbingan Revisi Bab IV dan V	Revisi Bab V	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
21.	03-06-2025	Bimbingan Revisi Bab V	ACC Untuk Maju Seminar Hasil	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
22.	04-06-2025	Bimbingan Bab IV dan V	Revisi Penulisan Bab IV dan V	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
23.	05-06-2025	Bimbingan Revisi Penulisan Bab IV dan Bab V	Revisi Bab V	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
24.	10-06-2025	Bimbingan Revisi Bab V	ACC Untuk Maju Seminar Hasil	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
25	02-07-2025	Pengajuan Revisi Seminar Hasil	Revisi Bab IV	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)

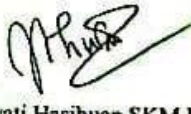
26.	04-07-2025	Bimbingan Revisi Bab IV	Revisi Bab V	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
27.	07-07-2025	Bimbingan Revisi Bab V	ACC Untuk Turnitin dan Jilid Lux	 (Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
28.	08-07-2025	Bimbingan Revisi Seminar Hasil	ACC Revisi Seminar Hasil dan Jilid Lux	 (Suswati, SST, M.Kes)
29.	22-07-2025	Bimbingan Revisi Seminar Hasil	Revisi Bab IV, V dan Penulisan Abstrak	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)
30.	22-07-2025	Bimbingan Revisi Bab IV, V, dan Penulisan Abstrak	ACC Untuk Turnitin dan Jilid Lux	 (Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes)

Mengetahui,

Pembimbing Utama


 Ardiana Batubara, SST, M.Keb
 NIP. 196605231986012001

Pembimbing Pendamping


 Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes
 NIP. 196004191981032001

Inayah Khairi Syahfitri

inayah khairi sf .docx

 Skripsi 2025 SKRIPSI 2025 Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Document Details

Submission ID

trn:oid::1:3441716834

Submission Date

Dec 11, 2025, 8:29 PM GMT+7

Download Date

Dec 13, 2025, 8:53 PM GMT+7

File Name

inayah_khairi_sf_2_.docx

File Size

201.7 KB

37 Pages

7,157 Words

45,826 Characters

25% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Top Sources

23%		Internet sources
14%		Publications
12%		Submitted works (Student Papers)

Top Sources

23%  Internet sources
14%  Publications
12%  Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	jurnal.stikeskesosi.ac.id	<1%
2	Internet	text-id.123dok.com	<1%
3	Internet	docplayer.info	<1%
4	Internet	repository.unbrah.ac.id	<1%
5	Internet	ejournal.stikku.ac.id	<1%
6	Internet	repository.stikesrspadgs.ac.id	<1%
7	Internet	ejournal3.undip.ac.id	<1%
8	Internet	ejurnal.uij.ac.id	<1%
9	Internet	nusantarahasanajournal.com	<1%
10	Internet	journal.universitaspahlawan.ac.id	<1%
11	Internet	jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id	<1%

12	Internet	repository.poltekkesbengkulu.ac.id	<1%
13	Internet	eprints.umm.ac.id	<1%
14	Internet	kc.umn.ac.id	<1%
15	Internet	www.slideshare.net	<1%
16	Student papers	University of Bradford	<1%
17	Internet	jurnal.stikes-aisyiah-palembang.ac.id	<1%
18	Student papers	Universitas Muslim Indonesia	<1%
19	Internet	jurnal.ikta.ac.id	<1%
20	Internet	jurnal.akperscikini.ac.id	<1%
21	Internet	repositori.ubs-ppni.ac.id	<1%
22	Student papers	Universitas Prof. Dr. Moestopo (Beragama)	<1%
23	Internet	dspace.umkt.ac.id	<1%
24	Internet	eprints.stikesmhk.ac.id	<1%
25	Internet	repository.unissula.ac.id	<1%

26	Internet	rumahjurnal.or.id	<1%
27	Publication	Melani Devita Sari, Rusnoto, Sri Siska Mardiana. "Hubungan pola makan, pola tid...	<1%
28	Internet	ecampus.poltekkes-medan.ac.id	<1%
29	Internet	123dok.com	<1%
30	Publication	Sefti Rompas, Lenny Gannika. "PENGARUH AROMATERAPI LEMON (CITRUS) TERH...	<1%
31	Student papers	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part III	<1%
32	Internet	etd.repository.ugm.ac.id	<1%
33	Internet	journal.bengkuluinstitute.com	<1%
34	Internet	repository.poltekkes-denpasar.ac.id	<1%
35	Internet	journal2.stikeskendal.ac.id	<1%
36	Student papers	Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan	<1%
37	Internet	ejournal.stikestelogorejo.ac.id	<1%
38	Internet	siat.ung.ac.id	<1%
39	Internet	e-journal.uajy.ac.id	<1%

40	Internet	jonedu.org	<1%
41	Internet	ejurnalmalahayati.ac.id	<1%
42	Internet	scholar.unand.ac.id	<1%
43	Internet	jurnalhost.com	<1%
44	Internet	repository.ipb.ac.id	<1%
45	Internet	erepository.uwks.ac.id	<1%
46	Internet	repository.bku.ac.id	<1%
47	Student papers	State Islamic University of Alauddin Makassar	<1%
48	Internet	ejournal.unesa.ac.id	<1%
49	Student papers	Universitas Negeri Jakarta	<1%
50	Internet	jurnal.unika.ac.id	<1%
51	Publication	Lestari Lestari, Dyah Siti Septiningsih. "Emotional Regulation in Adolescent Girls ...	<1%
52	Publication	Ni Komang Triyana, Wijayanti, Retno Wulandari. "PENGARUH PEMBERIAN AROM...	<1%
53	Internet	female-midwifery.blogspot.com	<1%

54	Internet	journal.unipdu.ac.id	<1%
55	Internet	pt.scribd.com	<1%
56	Internet	eprints.uniska-bjm.ac.id	<1%
57	Internet	repository.umkla.ac.id	<1%
58	Internet	repository.upi.edu	<1%
59	Student papers	Universitas Pendidikan Indonesia	<1%
60	Internet	dspace.uui.ac.id	<1%
61	Internet	edoc.pub	<1%
62	Internet	eprints.stikes-aisyiahbandung.ac.id	<1%
63	Publication	Anis Laela Megasari, Agus Winarno, Nurfadila Cahyani. "Peningkatan Pengetahu...	<1%
64	Internet	core.ac.uk	<1%
65	Internet	digilib.unisayogya.ac.id	<1%
66	Internet	e-journal3.undikma.ac.id	<1%
67	Internet	journal.widyakarya.ac.id	<1%

68	Internet	jurnal.univrab.ac.id	<1%
69	Internet	repositori.uin-alauddin.ac.id	<1%
70	Internet	repository.stie-aub.ac.id	<1%
71	Internet	www.scribd.com	<1%
72	Internet	adoc.pub	<1%
73	Internet	akbidhipekalongan.ac.id	<1%
74	Internet	ejournal.poltekkesbhaktimulia.ac.id	<1%
75	Internet	eprints.unisa-bandung.ac.id	<1%
76	Internet	id.scribd.com	<1%
77	Internet	journal.pancabudi.ac.id	<1%
78	Internet	jprokep.jurnal.centamaku.ac.id	<1%
79	Internet	repository.pkr.ac.id	<1%
80	Internet	repository.stikeswiramedika.ac.id	<1%
81	Internet	repository.unigal.ac.id	<1%

82	Internet	repository.unikama.ac.id	<1%
83	Internet	unimuda.e-journal.id	<1%
84	Publication	Nyimas Heny Purwati, Dhea Natasha, Syamikal Baridwan Syamsir. "Empowering...	<1%
85	Publication	Raisha Oktaviani Jati, Susanti Widiastuti, Cholisah Suralga. "Hubungan Pengetah...	<1%
86	Publication	Siti Kamidah, Ismarwati Ismarwati. "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender ...	<1%
87	Internet	aimos.ugm.ac.id	<1%
88	Internet	journal.nurscienceinstitute.id	<1%
89	Internet	journal.unpacti.ac.id	<1%
90	Internet	library.poltekkes-surabaya.ac.id	<1%
91	Internet	medistra.com	<1%
92	Internet	repository.stikeselisabethmedan.ac.id	<1%
93	Internet	www.brainscape.com	<1%
94	Internet	www.grafiati.com	<1%
95	Publication	Meilani Putri, Elsy Juni Andri Kariny, Yetty Dwi Fara, Yuni Sulistyawati. "PENGARU...	<1%

96

Publication

Nurrahmaton Nurrahmaton. "HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN MEN..."

<1%

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. DATA PRIBADI

Nama : Inayah Khairi Syahfitri
Tempat/ Tanggal Lahir : Medan, 24 Desember 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Cinta Karya, Gg. Muhajirin, No.4
Kewarganegaraan : Indonesia
Status : Belum Kawin
Agama : Islam
Nama Orang Tua
Ayah : Herianto
Ibu : Sri Rejeki, S.Ag
Anak Ke : 2 dari 2 bersaudara
No. HP : 08972176327
Email : inayahkhairisyahfitri@gmail.com

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

No.	Nama Sekolah	Tahun Masuk	Tahun Tamat
1.	TK Al – Uswah	2009	2010
2.	SD MIS Muhajirin	2010	2016
3.	SMP Swasta Primbana	2016	2019
4.	SMA Negeri 13 Medan	2019	2021
5.	Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Prodi D-III Kebidanan Jurusan Kebidanan Medan	2021	2024
6.	Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Prodi D-IV Kebidanan Jurusan Kebidanan Medan	2024	2025