

PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 GONDANG

Tiska Nur Firdaus¹ Hermawati²
tiskanurf@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar belakang. Dismenorea adalah kram, nyeri, dan ketidaknyamanan lainnya yang dihubungkan dengan menstruasi. Data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorea. Terapi non farmakologis dengan menggunakan aromaterapi lavender dapat menjadi salah satu pilihan bagi remaja putri untuk mengatasi dismenorea. **Tujuan.** Mengetahui perkembangan penurunan dismenorea pada remaja putri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada 2 (dua) responden. **Metode.** Penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan menggunakan metode deskriptif, yaitu dengan melakukan observasi dan wawancara 2 (dua) responden remaja putri yang mengalami dismenorea, sebelum dan sesudah dilakukan penerapan aromaterapi lavender. **Hasil.** Terjadi penurunan intensitas dismenorea pada Nn. E dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 1 sedangkan pada Nn. N terjadi penurunan dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 3. **Kesimpulan.** Sesudah dilakukan penerapan aromaterapi lavender pada Nn. E dan Nn. N terdapat penurunan skala nyeri dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Hal ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan dismenorea pada kedua responden.

Kata Kunci: Remaja Putri, Dismenorea, Aromaterapi Lavender