

PENERAPAN *MAGIC-COOL* AROMATERAPI JERUK MASAM UNTUK PENURUNAN NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI

Revilia Kania Larasati¹, Tri Susilowati²
Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
reviliakania3@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar belakang: Nyeri haid/dismenorea masih menjadi permasalahan yang banyak dialami remaja putri. Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder. Banyak dampak negatif yang diakibatkan karena dismenorea, sehingga perlu adanya suatu intervensi untuk mengatasinya. *Magic-cool* aromaterapi jeruk masam diduga efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dismenorea pada remaja putri. **Tujuan:** Mendeskripsikan hasil sebelum dan sesudah penerapan *magic-cool* aromaterapi jeruk masam terhadap nyeri dismenorea pada remaja putri. **Metode:** Penelitian ini menggunakan studi kasus deskriptif pada dua responden pada tanggal 05 Juni 2025 dengan *magic-cool* aromaterapi jeruk masam selama satu hari di sore hari. Pengukuran intensitas nyeri menggunakan kuisioner *Numeric Rating Scale* (NRS). **Hasil:** Penerapan hasil antara kedua responden adalah pada Nn. R sebelum diberikan *magic-cool* aromaterapi jeruk masam adalah 6 (sedang) lalu menurun menjadi 3 (Ringan). Pada Nn. S sebelum diberikan *magic-cool* aromaterapi jeruk masam adalah 5 (Sedang), lalu menurun menjadi 2 (Ringan). Perbandingan hasil akhir antara kedua responden adalah 3:3. **Kesimpulan:** pemberian *magic-cool* aromaterapi jeruk masam efektif penurunan nyeri dismenorea pada remaja.

Kata kunci: *dismenorea; jeruk masam; magic-cool aromaterapi; remaja;*