SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI MAWAR TERHADAP PERUBAHAN INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 MADIUN

Oleh :
RISTI DWI SEPTIASYAH
NIM : 202202137

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI MAWAR TERHADAP PERUBAHAN INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :
RISTI DWI SEPTIASYAH
NIM : 202202137

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh	:	
Nama	:	Risti Dwi Septiasyah
NIM	:	202202137
Program Studi	:	Keperawatan
Judul	:	PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI MAWAR TERHADAP PERUBAHAN INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 8 Februari 2026

Oleh :

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Sri Suhartingsih, S.Kep., Ns., M.Kes	Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes
NUPTK. 0140748649230183	NUPTK. 4040766667230303

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 9933767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh	:	
Nama	:	Risti Dwi Septiasyah
NIM	:	202202137
Program Studi	:	Keperawatan
Judul	:	PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI MAWAR TERHADAP PERUBAHAN INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 MADIUN

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 10 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua : Cintika Yorinda Sebtalesy, S.ST., M.Kes : .....
NUPTK. 0541767668230273

Penguji I : Sri Suhartiningsih, S.Kep., Ns., M.Kes : .....
NUPTK. 0140748649230183

Panguji II : Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes : .....
NUPTK. 4040766667230303

Mengesahkan,
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua

Dr. Retno Widiarini, S.K.M., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Risti Dwi Septiasyah

NIM : 202202137

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan Lembaga Pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah mampu belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 13 Februari 2026



Risti Dwi Septiasyah
202202137

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

“Berproses dengan sabar, berusaha dengan ikhlas, dan bertawakal kepada Allah.”

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Risti Dwi Septiasyah
Tempat dan Tanggal Lahir	: Bandung, 16 September 2003
Agama	: Islam
Alamat	: Perum Bumi Winongo Indah Blok C/18 Madiun
E-mail	: ristisyh16@gmail.com
Riwayat Pendidikan	:

1. 2008-2010 : TK Bhayangkari Kota Ponorogo
2. 2011-2016 : SDN 01 Winongo Kota Madiun
3. 2017-2019 : SMPN 13 Kota Madiun
4. 2019-2022 : SMAN 5 Kota Madiun
5. 2022-sekarang : STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Risti Dwi Septiasyah

NIM : 202202137

Program Studi : Keperawatan

Tahun Akademik : 2025/2026

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Saya tidak melakukan plagiat dalam penelitian saya yang berjudul :

Pengaruh Pemberian *Massage Effleurage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Terhadap Perubahan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri di SMKN 2 Madiun.

Apabila suatu saat saya nanti terbukti melakukan plagiasi, maka menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Madiun 13 Februari 2026

Risti Dwi Septiasyah
202202137

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi yang berjudul "Pengaruh Pemberian *Massage Effleurage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Terhadap Perubahan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri di SMKN 2 Madiun". Penulisan proposal skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana pada Program Studi S1 Keperawatan. Penyusunan skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Puguh Prastomo, S.Pd.,M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMKN 2 Madiun yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkungan sekolah tersebut.
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.K.M., M.Kes, selaku Ketua Institusi STIKES Bhakti Husada (STIKES BHM Madiun), selaku tempat penulis menimba ilmu dan memperoleh bimbingan akademik selama proses perkuliahan.
3. Ibu Mega, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Kepala Program Studi yang telah memberikan bimbingan, masukan, serta motivasi selama proses penyusunan proposal penelitian.
4. Ibu Cintika Yorinda Sebtalesy, S.ST., M.Kes selaku Ketua Dewan Penguji, yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta memberikan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan proposal penelitian ini.

5. Ibu Sri Suhartiningsih., S.Kep., Ners., M.Kes selaku dosen pembimbing satu yang telah memberikan kesempatan untuk menyusun dan memberikan bimbingannya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Ibu Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ners., M.Kes selaku dosen pembimbing dua yang telah memberikan kesempatan untuk menyusun dan memberikan bimbingannya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Kedua orang tua penulis yaitu mamah, papah, dan kakak yang selama ini sudah membesarkan, mendidik dan memberikan kasih sayang nya. Terima kasih atas doa yang selalu menyertai dalam setiap perjalanan hidup penulis dari lahir hingga saat ini dan terimakasih karena telah memperjuangkan penulis dalam meraih mimpi dan cita-cita. Kesuskesan dan segala hal baik yang kedepannya akan penulis dapatkan adalah karena dan untuk kalian berdua.
8. Teman-teman penulis yang telah memberikan support dan dukungannya kepada penulis. Terimakasih karena telah mengisi perjalanan penulis selama menduduki bangku perkuliahan yang diisi oleh cerita suka maupun duka, akhirnya kita mampu menyelesaikan perkuliahan ini sampai pada tahap skripsi. Semoga kedepannya pertemanan kita bisa terus berlanjut dan semoga apa yang kalian cita-citakan bisa tercapai.

Sebagai manusia biasa penulis menyadari penyusunan proposal ini jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Maka dari itu atas kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini, penulis memohon maaf dan bersedia menerima kritikan yang membangun.

Terakhir harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Madiun, 13 Februari 2026

Peneliti

Risti Dwi Septiasyah

NIM. 202202137

DAFTAR ISI

SKRIPSI ..... **i**
SKRIPSI ..... **ii**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **iii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iv**
HALAMAN PERNYATAAN ..... **v**
MOTTO ..... **vi**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **vii**
LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN ..... **viii**
ABSTRAK **25**
ABSTRACT **26**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xv**
DAFTAR TABEL ..... **xvi**
DAFTAR ISTILAH ..... **xxi**
DAFTAR SINGKATAN ..... **xxiv**
BAB I PENDAHULUAN.....Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
1.1 LATAR BELAKANG..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
1.2 RUMUSAN MASALAH..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
1.3 TUJUAN PENELITIAN ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
1.3.1 Tujuan Umum..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
1.3.2 Tujuan Khusus ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
1.4 MANFAAT PENELITIAN.. **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
1.4.1 Manfaat Teoritis..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
1.4.2 Manfaat Praktis..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
BAB II TINJAUAN PUSTAKA ..... Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
2.1 Tinjauan Umum Tentang *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.1 Definisi *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.2 Tujuan *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.3 Manfaat *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.4 Indikasi Teknik *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.5 Kontra Indikasi Teknik *Massage Effleurage* ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.6 Patofisiologi *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

2.1.7 Efek Samping Positif dan Negatif *Massage Effleurage* **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.8 Standar Operasional Prosedur (SOP) *Massage Effleurage* **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.1.9 Teknik *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.2 Tinjauan Umum Tentang Minyak Aromaterapi Mawar ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.2.1 Definisi Minyak Aromaterapi**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.2.2 Definisi Minyak Aromaterapi Mawar**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.2.3 Komponen dan Manfaat Minyak Aromaterapi Mawar **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.2.4 Tehnik Pemberian Minyak Aromaterapi**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.2.5 Patofisiologi Minyak Aromaterapi Dalam Menurunkan Nyeri **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.3 Tinjauan Umum Tentang Intensitas Nyeri**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.3.1 Definisi Nyeri ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.3.2 Jenis Jenis Skala Nyeri**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.3.3 Cara Menghitung Skala Nyeri**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4 Tinjauan Umum Tentang Dismenorea**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.1 Definisi Dismenorea **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.2 Klasifikasi Dismenorea**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.3 Derajat Dismenorea . **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.4 Etiologi Dismneorea **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.5 Patofisiologi Dismenorea Primer**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.6 Faktor Penyebab Dismenorea**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.7 Tanda dan Gejala Dismenorea**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.4.8 Cara Mengatasi Dismenorea**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.5 Tinjauan Umum Tentang Remaja Putri**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

2.5.1 Pengertian Remaja ... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.5.2 Pertumbuhan Fisik Masa Remaja**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.5.3 Ciri Ciri Umum Masa Remaja**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
2.5.4 Proses Masa Remaja **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
3.1 Kerangka Konseptual..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
3.2 Hipotesis Penelitian..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
BAB IV METODE PENELITIAN.... Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
4.1 Desain Penelitian..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.2 Populasi dan Sampel ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.2.1 Populasi ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.2.2 Sampel ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.2.3 Kriteria Sampel..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.2.4 Teknik Sampling..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.3 Kerangka Kerja Penelitian.. **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.4 Identifikasi Variabel..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.4.1 Variabel Independent (Bebas)**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.4.2 Variabel Dependent (Terikat)**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.5 Definisi Operasional..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.6 Instrumen Penelitian ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.7 Waktu dan Tempat Penelitian**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.8 Prosedur Pengumpulan Data**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.9 Pengolahan Data dan Analisis Data**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.9.1 Pengolahan Data..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.9.2 Analisis Data..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
4.10 Etika Penelitian..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
5.1.1 Data Umum..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
5.1.2 Data Khusus..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
5.2 Pembahasan **.....**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.

5.2.1 Intensitas Dismneorea Sebelum Dilakukan Pemberian Pemberian *Massage Effleurage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Pada Remaja Putri di SMKN 2 Madiun**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
5.2.2 Intensitas Dismenorea Setelah Dilakukan Pemberian *Massage Effleurage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Pada Remaja Putri di SMKN 2 Madiun**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
5.2.3 Pengaruh Pemberian *Massage Effleurage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Terhadap Perubahan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri di SMKN 2 Madiun**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
BAB VI PENUTUP..... Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
6.1 Kesimpulan..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
6.2 Saran..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
DAFTAR PUSTAKA..... Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
LAMPIRAN..... Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 2 Surat Jawaban Ijin Pengambilan Data ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 4 Surat Keterangan Kelayakan Etik**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 5 Surat Keterangan Selesai Penelitian**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 8 Instrumen Studi Pendahuluan**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 9 Lembar Observasi**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 10 Alat Ukur Nyeri NRS *(Numeric Rating Scale)***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 11 Lembar SOP *Massage Effleurage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 12 Lembar Evaluasi Responden Setelah Intervensi **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Lampiran 13 Tabulasi Data Umum**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 14 Tabulasi Data Khusus**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 15 Hasil Uji SPSS **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 16 Lembar Dokumentasi Studi Pendahuluan..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 17 Lembar Dokumentasi Penelitian**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Lampiran 18 Lembar Bimbingan Skripsi**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan Pola Kupu Kupu **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 2.2 Teknik *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 2.3 Teknik *Massage Effleurage***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 2.4 Skala Nyeri VAS ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 2.5 Skala Nyeri VRS ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 2.6 Skala Nyeri NRS ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 2. 7 Skala Nyeri *Wong-Baker Pain Rating Scale***Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual
..... ……**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 4.1 Skema rancangan *Pre-test Post-test Non Equivalent Control Group Design*
..... ….**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
Gambar 4.2 Kerangka Kerja
..... ….**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

DAFTAR TABEL

Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Usia Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Usia Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Riwayat Keturunan Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Riwayat Keturunan Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Lama Siklus Haid Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5. 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Lama Siklus Haid Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Durasi Haid Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5. 8 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Durasi Haid Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Hari Datangnya Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun.....

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.10 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Hari Datangnya Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X

SMKN 2 Madiun.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.11 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Olahraga Secara Teratur Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.12 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Olahraga Secara Teratur Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.13 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Stres Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.14 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Stres Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.15 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Merokok Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.16 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Merokok Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.17 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Lokasi Nyeri Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.18 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Lokasi Nyeri Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.19 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Penanganan Nyeri Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.20 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Penanganan Nyeri Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2

Madiun

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.21 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Penyakit Ginekologi Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.22 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Penyakit Ginekologi Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.23 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Mengkonsumsi Obat Pereda Nyeri Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun.....

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.24 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Mengkonsumsi Obat Pereda Nyeri Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun.....

..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.25 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Usia Awal Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.26 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Usia Awal Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X SMKN 2 Madiun ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5. 27 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Intensitas Dismenorea Sebelum Dilakukan Pemberian Massage Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun. ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5. 28 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Sebelum Dilakukan Relaksasi Nafas Dalam Pada Remaja Putri di SMKN 2 Madiun. ..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.29 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Dismenorea Setelah Dilakukan Pemberian Massage Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Pada Remaja Putri Kelas X

di SMKN 2 Madiun.
..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.30 Analisis Statistik Skor Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Pemberian Massage Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Pada Kelompok Intervensi Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun
..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.31 Analisis Statistik Skor Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Pemberian Relaksasi Nafas Dalam Pada Kelompok Kontrol Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun.....
..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.32 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Setelah Dilakukan Relaksasi Nafas Dalam Pada Remaja Putri di SMKN 2 Madiun .....
..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Tabel 5.33 Hasil Uji Normalitas Data Kelompok Intervensi Pemberian Massage Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Terhadap Perubahan Intensitas Dismenoera Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.34 Hasil Uji Normalitas Data Kelompok Kontrol Pemberian Relaksasi Nafas Dalam.....

..... **Kesa**

lahan! Bookmark tidak ditentukan.

Tabel 5.35 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Pengaruh Pemberian Massage Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar Pada Kelompok Intervensi dan Relaksasi Nafas Dalam Pada Kelompok Kontrol Terhadap Perubahan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 2 Madiun.....

Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.

DAFTAR ISTILAH

Dismenorea	:	nyeri haid
Hormon progesterone	:	hormon steroid yang diproduksi terutama oleh ovarium dan kelenjar adrenal, serta plasenta selama kehamilan
Prostaglandin	:	senyawa yang diproduksi secara endogen yang memberikan efeknya di banyak area tubuh yang berbeda
Massage effleurage	:	teknik pijatan dengan gerakan melingkar dan tekanan lembut pada permukaan tubuh
Substansia Gelatinosa	:	area berbentuk seperti jeli pada kornu dorsalis
Spinal Cord	:	sumsum tulang belakang
Cortex Cerebri	:	lapisan terluar dari otak besar
Endhorpin	:	hormon yang diproduksi oleh tubuh, terutama di otak, yang berfungsi sebagai pereda nyeri alami dan meningkatkan suasana hati.
Simpisis pubis	:	sendi tulang rawan yang terletak di antara tulang kemaluan (pubis) kiri dan kanan, tepat di bagian depan panggul
Umbilicus	:	pusar atau udel
Hipotalamus	:	bagian kecil dari otak yang terletak di dasar otak, di bawah talamus
Substansi Neurokimia	:	molekul organik yang terlibat dalam aktivitas sistem saraf
Serotonin	:	membawa pesan antar sel saraf di otak dan di seluruh tubuh

Cell rejuvenator	:	peremajaan sel adalah proses mengembalikan fungsi sel-sel yang menua atau rusak ke keadaan yang lebih muda dan sehat
Neuromodulator	:	senyawa kimia yang dilepaskan oleh sel saraf yang memengaruhi aktivitas saraf dan komunikasi antar sel saraf
Enkefalin	:	peptida opioid endogen yang diproduksi secara alami oleh tubuh
Insomnia	:	gangguan tidur
Terpen	:	senyawa organik yang ditemukan secara alami pada tumbuhan dan beberapa hewan, yang memberikan aroma, rasa, dan warna khas serta berperan dalam berbagai fungsi biologis
Flavonoid	:	kelompok senyawa alami (fitonutrien) yang banyak ditemukan pada tumbuhan, terutama buah-buahan dan sayuran
Glikosida	:	senyawa organik yang terdiri dari dua bagian: glikon (bagian gula) dan aglikon (bagian non-gula)
Antosianin	:	senyawa alami yang memberikan warna merah, ungu, atau biru pada buah-buahan dan sayuran, serta beberapa jenis bunga
Beta sitronelol	:	senyawa organik alami yang termasuk dalam kelompok alkohol terpena. Ia memiliki aroma bunga dan jeruk yang membuatnya banyak digunakan dalam parfum dan pewangi
Queen of oils	:	ratu minyak
Nerol	:	alkohol monoterpenoid yang ditemukan dalam banyak minyak esensial
Linanool	:	senyawa organik alami yang termasuk dalam kelompok monoterpenoid, yang banyak ditemukan dalam minyak atsiri berbagai tanaman dan bunga
Menarche	:	menstruasi pertama yang dialami oleh seorang perempuan pada masa pubertas

Endometriosis	:	penyakit pada sistem reproduksi wanita, kondisi medis ketika jaringan yang biasanya melapisi bagian dalam rahim (endometrium) tumbuh di luar rahim
Adenomiosis	:	masalah kesehatan pada sistem reproduksi wanita, kondisi medis ketika lapisan dalam rahim (endometrium) tumbuh di dalam dinding otot rahim (miometrium)
Stenosis serviks	:	penyempitan atau penyumbatan saluran serviks
Mioma uteri	:	tumor jinak yang tumbuh di dalam atau di sekitar rahim (miometrium)
Irritable bowel syndrome	:	sindrom iritasi usus besar, gangguan pencernaan yang ditandai dengan serangkaian gejala seperti nyeri perut, kembung, diare, dan/atau sembelit

DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

SSP : Sistem Saraf Pusat

VAS : *Visual Analog Scale*

VRS : *Verbal Rating Scale*

NRS : *Numeric Rating Scale*

MPQ : *McGIII Pain Questiononnaire*

ODII : *Oswetry Disabillity Index*

BPI : *Brief Pain Inventory*

PGF2 : *Prostaglandin F2*

NSAIDs : *Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs*

COX : *Ciclooxsigenase*

TENS : *Trancutaneous Electrical Stimulation of Nerves*

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI MAWAR TERHADAP PERUBAHAN INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 MADIUN

Risti Dwi Septiasyah

Dismenorea merupakan keluhan nyeri haid yang sering dialami oleh remaja putri yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu terapi non farmaologis yang dapat mengatasi dismenorea dengan cara pemberian *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar. Dari 10 siswi hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMKN 2 Madiun didapatkan bahwa 2 anak mengeluhkan nyeri ringan, 4 anak mengeluhkan nyeri sedang, dan 4 anak mengeluhkan nyeri berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar terhadap perubahan intensitas dismenorea pada remaja putri di SMKN 2 Madiun.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *Pre-test Post-Test Non Equivalent Control Group Design*. Sampel berjumlah 36 responden yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi dan lembar skor NRS. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil uji statistik menunjukkan terdapat pengaruh signifikan pemberian *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar dengan nilai p = 0,001 dengan hasil mengalami penurunan sebanyak 11 anak nyeri ringan, 5 anak tidak nyeri, dan 2 anak nyeri sedang, sedangkan kelompok kontrol relaksasi nafas dalam dengan nilai p = 0,157.

Massage effleurage merangsang saraf sentuhan pada kulit sehingga membantu "menutup pintu nyeri" di sistem saraf sedangkan aromaterapi mawar bekerja mengatur emosi dan rasa nyaman, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri. Dapat disimpulkan bahwa pemberian *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar lebih efektif dalam menurunkan intensitas dismenorea dibandingkan relaksasi nafas dalam. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bahwa massage effleurage dengan minyak aromaterapi mawar dapat diterapkan sebagai metode sederhana untuk membantu menurunkan intensitas dismenorea pada remaja putri.

Kata kunci : *massage effleurage*, minyak aromaterapi mawar, intensitas dismenorea, remaja putri

ABSTRACT

THE EFFECT OF EFFLEURAGE MASSAGE USING ROSE AROMATHERAPY OIL ON CHANGES IN THE INTENSITY OF DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT FEMALES AT VOCATIONAL SCHOOL 2 MADIUN

Risti Dwi Septiasyah

Dysmenorrhea is a common menstrual pain complaint experienced by adolescent girls that can disrupt daily activities. One non-pharmacological therapy that can overcome dysmenorrhea is by providing effleurage massage using rose aromatherapy oil. A preliminary study conducted at SMKN 2 Madiun found that 2 of 10 female students complained of mild pain, 4 of moderate pain, and 4 of severe pain. This study aims to determine the effect of effleurage massage using rose aromatherapy oil on changes in dysmenorrhea intensity in adolescent girls at SMKN 2 Madiun.

This study used a quantitative design with a Pre-test Post-Test Non-Equivalent Control Group Design approach. The sample consisted of 38 respondents selected using a purposive sampling technique. Data collection was conducted using observation sheets and NRS score sheets. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test.

The results of the statistical test showed that there was a significant effect of giving effleurage massage using rose aromatherapy oil with a p value = 0.001 with the results experiencing a decrease of 10 children with mild pain, 6 children with no pain, and 3 children with no decrease, while the control group with deep breathing relaxation had a p value = 0.157.

Effleurage massage stimulates the tactile nerves in the skin, helping to "close the door to pain" in the nervous system, while rose aromatherapy works to regulate emotions and feelings of comfort, thereby reducing pain. It can be concluded that effleurage massage using rose aromatherapy oil is more effective in reducing the intensity of dysmenorrhea than deep breathing relaxation. The results of this study are expected to provide benefits, indicating that effleurage massage with rose aromatherapy oil can be applied as a simple method to help reduce the intensity of dysmenorrhea in adolescent girls.

Keywords: *effleurage massage, rose aromatherapy oil, dysmenorrhea intensity, adolescent girls*