

**PENGARUH KOMBINASI KOMPRES HANGAT
DENGAN AROMA TERAPI LAVENDER
TERHADAP DISMENORE PRIMER
PADA REMAJA PUTRI DI SMP
NEGERI 2 KUTA
UTARA**



SKRIPSI

OLEH :

MARIA HERLINA EDAS

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH KOMBINASI KOMPRES HANGAT
DENGAN AROMA TERAPI LAVENDER
TERHADAP DISMENORE PRIMER
PADA REMAJA PUTRI DI SMP
NEGERI 2 KUTA
UTARA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kebidanan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Disusun Oleh :

**MARIA HERLINA EDAS
NIM. A1121019**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maria Herlina Edas

NIM : A1121019

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat Dengan Aroma Terapi Lavender Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja putri Di SMP Negeri 2 Kuta Utara.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Juli 2025



Maria Herlina Edas

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH KOMBINASI KOMPRES HANGAT
DENGAN AROMA TERAPI LAVENDER
TERHADAP DISMENORE PRIMER
PADA REMAJA PUTRI DI SMP
NEGERI 2 KUTA
UTARA

Diajukan Oleh:

MARIA HERLINA EDAS
NIM. A1121019

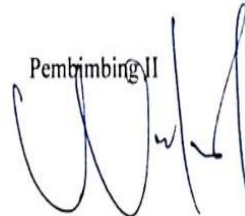
Badung, 11 Juli 2025
Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



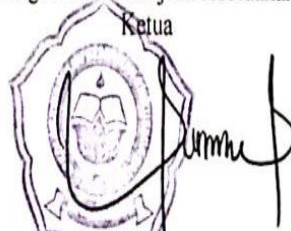
Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST.SH.M.Biomed
NIDK. 8995650022

Pembimbing II



Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes
NIDN. 1126098501

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN. 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI
SARJANA KEBIDANAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal : 16 Juli 2025

Yang terdiri dari :
Ketua Penguji



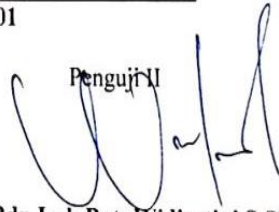
Bdn. Pande Putu Indah Purnamavanthi, S. ST., M. Kes
NIDN. 0825068901

Penguji I



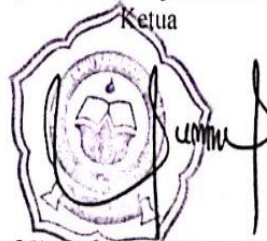
Dr.Bdn.Putu Mastiningsih,S.ST.,SH.M.Biomed
NIDK. 8995650022

Penguji II



Dr.Bdn.Luh Putu Widiastini,S.SiT.,M.Kes
NIDN. 1126098501

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udavani, S. ST., M. Keb
NIDN. 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SKRIPSI, JULI 2025**

MARIA HERLINA EDAS

Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat Dengan Aroma Terapi Lavender Terhadap *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kuta Utara

(xiv + 66 halamanan +5 tabel + 4 gambar +15 lampiran)

ABSTRAK

Dismenore adalah nyeri saat menstruasi, biasanya disertai kram yang berpusat di perut bagian bawah. Sifat dan tingkat sakit ini bervariasi dari yang ringan sampai berat. Penatalaksanaan *dismenore* dapat menggunakan terapi non farmakologi seperti kompres hangat dan aromaterapi lavender. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi kompres hangat dengan aromaterapi lavender terhadap *dismenore* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kuta Utara.

Desain penelitian *quasi experimental* dengan *non-equivalent control group design* dengan teknik sampling *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling* dengan jumlah responden 44 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang terdiri dari 22 orang kelompok perlakuan kombinasi kompres hangat dengan aromaterapi lavender dan 22 orang kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Uji statistik *Mann-Whitney* untuk melihat perbedaan tingkat *dismenore posttest* antara kelompok perlakuan dan kontrol. Hasil menunjukkan nilai Z sebesar -0,562 dengan *p-value* 0,574. Karena nilai $p > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol dalam hal tingkat nyeri haid setelah intervensi. Meskipun secara klinis terlihat adanya penurunan nyeri pada kelompok perlakuan, namun secara statistik hasil tersebut tidak signifikan.

Kata kunci: Kompres Hangat, Aromaterapi Lavender, *Dismenore*
Daftar Pustaka : 30 (2019-2024)

HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY AND PROFESSIONAL MIDWIFE PROGRAM
Undergraduate thesis, 2025

Maria Herlina Edas

The Effect of Combined Warm Compress and Lavender Aromatherapy on Primary Dysmenorrhea in Adolescent Girls at SMP Negeri 2 Kuta Utara

(xiv + 66 pages+5 tables+ 4 figures+15 appendices)

ABSTRACT

Dysmenorrhea is menstrual pain, usually accompanied by cramps centered in the lower abdomen. The severity of the pain varies, ranging from mild to severe. The management of dysmenorrhea can include non-pharmacological therapies such as warm compresses and lavender aromatherapy. This study aimed to determine the effect of combining warm compress and lavender aromatherapy on primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMP Negeri 2 Kuta Utara.

This research used a quasi-experimental design with a non-equivalent control group design. The sampling technique was non-probability purposive sampling, with a total of 44 respondents divided into two groups: 22 in the intervention group (who received the combination of warm compress and lavender aromatherapy) and 22 in the control group (who received no intervention).

The Mann–Whitney test was used to assess differences in post-test dysmenorrhea levels between the intervention and control groups. The results showed a Z value of -0.562 with a p-value of 0.574. Since $p > 0.05$, it was concluded that there was no statistically significant difference between the intervention and control groups regarding menstrual pain levels after the intervention. Although a clinical reduction in pain was observed in the intervention group, the difference was not statistically significant.

Keywords: Warm Compress, Lavender Aromatherapy, Dysmenorrhea

Bibliography: 30 (2019-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karuniaNya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat Dengan Aroma Terapi Lavender Terhadap *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kuta Utara” Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali dapat diselesaikan tepat waktunya.

Tersusunnya skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini ijinilah penulis untuk mengucapkan terima kasih pada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M, selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan program studi sarjana kebidanan STIKES Bina Usada Bali.
2. Bdn.Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan dan dukungan untuk Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes, selaku penguji utama yang telah memberikan masukan dan saran untuk menyempurnahkan isi skripsi ini.

4. Dr. Bdn.Putu Mastiningsih, S. ST., SH.M. Biomed selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan, saran, pengetahuan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu.
5. Dr. Bdn.Luh Putu Widiastini, S.SiT.,M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan,saran,pengetahuan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu.
6. Seluruh Staf Dosen STIKES Bina Usada Bali yang telah membina membimbing penulis sejak awal pendidikan hingga saat ini.
7. Ida Bagus Nyoman Segarayoga, S.Sn selaku Kepala sekolah SMP Negeri 2 Kuta Utara yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan studi pendahuluan dan melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Kuta Utara
8. Semua responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat selesai dengan tepat waktu.
9. Semua pihak yang tidak dapat sebut satu persatu yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnahkan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Badung, Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKAT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teoritis	8
B. Kajian Empiris	32
C. Kerangka Teori	34
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL	35
A. Kerangka konsep dan Variabel Penelitian	35
B. Hipotesis Penelitian	36
C. Definisi operasional	36
BAB IV METODE PENELITIAN	38
A. Rancangan Penelitian	38

B. Populasi dan Sampel.....	39
C. Tempat Penelitian	41
D. Waktu Penelitian	41
E. Etika Penelitian.....	41
F. Alat Pengumpulan Data.....	44
G. Prosedur Pengumpulan Data	45
H. Pengolahan Data	48
I. Teknik Analisis Data	49
BAB V HASIL PENELITIAN	51
A. Tempat dan Waktu Penelitian	51
B. Analisis Deskriptif.....	52
C. Hasil Analisis Komparatif	54
BAB VI PEMBAHASAN.....	57
A. Interpretasi Penelitian	57
B. Keterbatasan Penelitian	64
C. Implikasi Penelitian	65
BAB VII PENUTUP.....	66
A. Simpulan.....	66
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	37
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	48
Tabel 5.2 Nyeri Haid Pre Test Kelompok Intervense Dan Kelompok Kontrol.....	49
Tabel 5.3 Nyeri Haid Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok	50
Tabel 5.4 Uji Mann-Whitney.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Numerical Ranting Scala (NRS)	20
Gambar 2.2	Kerangka teori Pengaruh Kompres Hangat Dengan Aromaterapi Lavender Dismenore Pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kuta Utara	34
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat Dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Dismenore	35
Gambar 4.1	Desain Penelitian <i>Non-Equivalent Control Group</i>	38

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 : Surat Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 5 : Berita Acara Pelaksanaan Etik Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 : Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 8 : Surat Permohonan Responden
- Lampiran 9 : Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 : Lembar Pengantar Observasi
- Lampiran 11 : SOP Kompres Hangat dan Aromaterapi Lavender
- Lampiran 12 : Lembar Observasi Nyeri Haid *Pre test/ post test*
- Lampiran 13 : Hasil Analisis Data
- Lampiran 14 : Tabulasi Data
- Lampiran 15 : Dokumentasi
- Lampiran 16 : Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKAT

WHO	: <i>World Health Organization</i>
NRS	: <i>Numerical Rating Scale</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Ha	: Hipotesis Alternatif
Ho	: Hipotesis Nol
SOP	: Standar Operasional Prosedur
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
NSAID	: <i>Non Steroidal Anti Inflammation Drugs</i>

DAFTAR PUSTAKA

- . D., . S., & . Y. (2022). Penurunan Nyeri Dismenore Menggunakan Kompres Hangat. *Journal of Complementary in Health*, 1(2), 47–53. <https://doi.org/10.36086/jch.v1i2.1125>
- Agustina, A., Hariyani, F., & Pasiriani, N. (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi Jasmine Terhadap Pengurangan Nyeri Menstruasi (Disminorea) Pada Remaja Putri Di Sman 1 Tanjung Selor. *SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(4), 506–515. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i4.205>
- Al., P. et. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan nyeri. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 11(3), 9–14. <https://ibi.or.id/journal/index.php/jib/article/view/49>
- Amalia, A. R., Susanti, Y., & Haryanti, D. (2020). Efektivitas kompres air hangat dan air dingin terhadap. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 1(1), 7–15. <http://www.jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/b/article/view/207/92>
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Rena, A. (2021). Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21.
- Firdaus, T. N., & Hermawati. (2023). Penerapan Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sman 1 Gondang. *Jurnal Ilmiah Penelitian*, 1(3), 45–55.
- Ika Nur Saputri, & Sari, M. (2024). Benefits of Lavender Aromatherapy in Reducing Menstruation Pain in Teenage Women. *Jurnal Pengmas Kestra (Jpk)*, 4(1), 32–35. <https://doi.org/10.35451/jpk.v4i1.2174>
- Jama, F., Taqiyah, Y., & Najihah, N. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lilin Lavender Terhadap Tingkat Dismenorhea Primer Pada Mahasiswi Keperawatan. *Journal of Borneo Holistic Health*, 6(1). <https://doi.org/10.35334/borticalth.v6i1.3381>
- Koniyo, M. A., & Zees, R. F. (2019). Pemberian Kompres Plester Hangat Dan Aromaterapi Terhadap Dysmenorhea Remaja Puteri. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(1), 6–14. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i1.2048>
- Maidartati. (2018). Pengurangan dismenorea dengan kompres hangat. *Nal Keperawatann*, VI(2), 156–165.

- Meinawati, L., & Malatuzzulfa2, N. I. (2021). Kompres Hangat pada Remaja Putri yang Mengalami Dismenorea di Lingkungan Pondok Pesantren Hamalatul Qur'an Putri Pare - Kediri. *Hamalatul Qur'an : Jurnal Ilmu Ilmu Alqur'an*, 2(1), 30–35. <https://doi.org/10.37985/hq.v2i1.20>
- Munthe, L. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Nyeri Dismenorea Padaremaja Di Wilayah Puskesmas Simalangalam. *Jidan (Jurnal Ilmiah Kebidanan)*, 1(1), 42–53. <https://doi.org/10.51771/jdn.v1i1.50>
- Napu, L. afriani, Yusrah Taqiyah, & Wa Ode Sri Asnaniar. (2023). Pengaruh Kompres Air Jahe terhadap Penurunan Dismenorea Primer pada Remaja. *Window of Nursing Journal*, 4(1), 33–39. <https://doi.org/10.33096/won.v4i1.735>
- Nisa, K., & Kamidah. (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Remaja Putri. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 90–100. <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Detector/article/view/2512/2398>
- Novitaningsih, A., Putri, M. L., Khasanah, U., Sunarsih, T., & Rahmawati, D. (2024). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 10(1), 52–58. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v10i1.1388>
- Nugraheni, C., Puspitasari, D., & Prajayanti, E. D. (2024). *Penerapan Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di Desa Tanjung Sukoharjo. 4.*
- Pratiwi, A. I., Herlina, N., & Purdani, K. S. (2023). *Terapi Hydro (Kompres Air Hangat) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Dismenorea) pada Remaja Putri Hydro Therapy (Warm Water Compress) on Reducing the Intensity of Menstrual Pain (Dysmenorrhea) in Teenage Girl. 11(2), 142.*
- 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. <https://doi.org/10.33366/nn.v7i1.2541>
- Rahmawati, E. (2023). Penyuluhan Dismenore serta Upaya Penanganan kepada Remaja Putri Dukuh Dukuhan Desa Sambirejo. *Journal of Midwifery in Community*, 1(1), 17–21.

- Rahmawati Kusumaningsih, M., Sakinah, H., & Rahmawati, A. (2024). Pemberian Aromaterapi Lemon dan Lavender terhadap Nyeri Dismenore pada Remaja : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(3), 540–549. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4660>
- Salsabila, H., Indahwati, L., & Kusumaningtyas, D. (2022). Literature Review: Efektivitas Aromaterapi Lavender (*Lavandula angustifolia*) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi. *Journal of Issues in Midwifery*, 6(2), 76–87. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2022.006.02.2>
- Sholikhah, H., & Susilowati, E. (2021). Mengkaji Efisiensi Kompres Air Hangat untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Dismenorea pada Perempuan. *Jurnal Sosial Sains*, 1(6), 469–476. <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v1i6.107>
- Suhati, Hanifa, F., & Yolandia, R. A. (2024). Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Kompres Dingin untuk Mengurangi Rasa Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di PMB S Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5, 4560.
- Usman, L. (2020). Senam Dismenorea Dan Aroma Terapi Lavender Dalam Menurunkan Dismenorea. *Jambura Health and Sport Journal*, 2(2), 53–59. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v2i2.7057>
- Wafiroh, P. S., & Wulandari, P. (2022). Penerapan Terapi Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri pada Remaja Putri dengan Dismenore. *Jurnal Ners Widya Husada*, 9(1), 1–7. <http://journal.uwhs.ac.id/index.php/jners/article/view/481>
- Yugianti, R. R., Nurdianti, D., & Novayanti, N. (2022). Efektivitas Massage Effleurage Dengan Minyak Lavender Untuk Menurunkan Nyeri Dismenore Primer. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*, 6(1), 10–22. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v6i1.2432>