

**EFEKTIVITAS KOMBINASI KOMPRES HANGAT
DAN AROMATERAPI *FRANGIPANI* TERHADAP
DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI
DI SMA (SLUA) SARASWATI 1
DENPASAR**



SKRIPSI

Oleh:

NI MADE NOPI WIDIARI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**EFEKTIVITAS KOMBINASI KOMPRES HANGAT
DAN AROMATERAPI *FRANGIPANI* TERHADAP
DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI
DI SMA (SLUA) SARASWATI 1
DENPASAR**

SKRIPSI

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

Oleh:

**NI MADE NOPI WIDIARI
NIM. A1122022**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

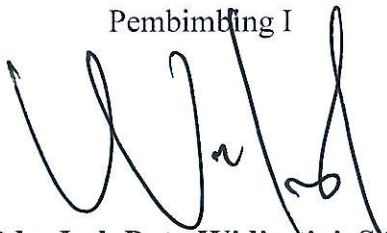
**EFEKTIVITAS KOMBINASI KOMPRES HANGAT
DAN AROMATERAPI *FRANGIPANI* TERHADAP
DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMA
(SLUA) SARASWATI 1
DENPASAR**

Diajukan Oleh:
NI MADE NOPI WIDIARI
NIM. A1122022

Badung, 29 Juli 2026

Telah Disetujui oleh Dosen pembimbing

Pembimbing I



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

Pembimbing II

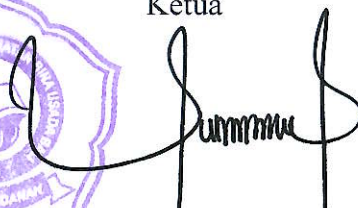


Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes
NIDN: 0825068901

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., 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 : 10 Agustus 2026

Yang Terdiri Dari:

Ketua Penguji



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M. Kes
NIDN: 0809018701

Sekretaris Penguji



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

Anggota Penguji

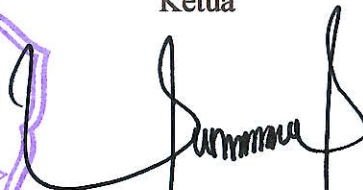


Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes
NIDN: 0825068901

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M. Keb
NIDN: 0808068701

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Nopi Widiari

NIM : A1122022

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Efektivitas Kombinasi Kompres Hangat dan Aromaterapi

Frangipani terhadap *Dismenorea* pada Remaja Putri di SMA
(SLUA) Saraswati 1 Denpasar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Juli 2026



(Nopi Widiari)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karuniaNya, penyusun dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Efektivitas Kombinasi Kompres Hangat dan Aromaterapi *Frangipani* Terhadap *Dismenorea* pada Remaja Putri di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar” tepat pada waktunya.

Skripsi penelitian ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Penyusun banyak mendapat bantuan dan arahan sejak awal sampai terselesainya skripsi penelitian ini, untuk itu dengan segala hormat dan kerendahan hati, penyusun menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, SE., MM selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan penyusunan skripsi penelitian ini.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S. ST., M. Keb., selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali, serta dosen yang telah memberikan kesempatan dan dorongan untuk menyelesaikan penyusunan skripsi penelitian ini.

3. Prof. Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M. Kes, selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan motivasi dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
4. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes, selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan motivasi dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
5. Rekan – rekan sejawat seangkatan pada Sekolah Tinggi Ilmu Bina Usada Bali dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi penelitian ini.

Peneliti berharap semoga skripsi penelitian ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan serta pengetahuan dalam penyusunan skripsi penelitian kebidanan yang lebih baik

Badung, 06 Mei 2026

Penulis

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

Skripsi, Juli 2026

Ni Made Nopi Widiari

Efektivitas Kombinasi Kompres Hangat dan Aromaterapi *Frangipani* terhadap *Dismenorea* pada Remaja Putri di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar

(xv + 59) halaman + 8 Tabel + 2 Gambar + 16 Lampiran

ABSTRAK

Dismenorea merupakan nyeri menstruasi yang sering dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu terapi *non-farmakologis* yang dapat digunakan adalah kombinasi kompres hangat dan aromaterapi *frangipani*. Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas kombinasi kompres hangat dan aromaterapi *frangipani* terhadap *dismenorea* pada remaja putri di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan *two group pre-test post-test with control group design*. Sampel berjumlah 30 responden yang dipilih dengan teknik total sampling, terdiri atas 15 orang kelompok perlakuan dan 15 orang kelompok kontrol. Kelompok perlakuan diberikan kombinasi kompres hangat dan aromaterapi *frangipani*. Intensitas *dismenorea* diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* serta *Mann–Whitney U Test*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor *dismenorea* kelompok perlakuan menurun dari $5,53 \pm 1,125$ menjadi $2,20 \pm 1,207$, sedangkan kelompok kontrol dari $5,33 \pm 1,234$ menjadi $4,87 \pm 1,060$. Uji *Mann–Whitney U Test* menunjukkan perbedaan bermakna antara kedua kelompok setelah intervensi ($p < 0,05$), yang menunjukkan kombinasi kompres hangat dan aromaterapi *frangipani* lebih efektif menurunkan intensitas *dismenorea*. Disimpulkan bahwa terapi ini efektif sebagai alternatif penatalaksanaan *non-farmakologis* pada remaja putri.

Kata kunci: aromaterapi *frangipani*, *dismenorea*, kompres hangat, remaja putri.

Daftar Pustaka: 72 (2016-2025)

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

Skripsi, Juli 2026

Ni Made Nopi Widiari

The Effectiveness of the Combination of Warm Compresses and Frangipani Aromatherapy on Dysmenorrhea Among Adolescent Girls at SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar

(xv + 59) pages + 8 Tables + 2 Figures + 16 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is menstrual pain commonly experienced by adolescent girls and may interfere with their daily activities. One non-pharmacological therapy that can be used is a combination of warm compresses and Frangipani aromatherapy. This study aimed to determine the effectiveness of the combination of warm compresses and Frangipani aromatherapy in reducing dysmenorrhea among adolescent girls at SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.

This study employed a quasi-experimental design using a two-group pre-test–post-test control group design. The sample consisted of 30 respondents selected through total sampling, including 15 participants in the intervention group and 15 participants in the control group. The intervention group received a combination of warm compresses and Frangipani aromatherapy. The intensity of dysmenorrhea was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) and analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test and the Mann–Whitney U Test.

The results showed that the mean dysmenorrhea score in the intervention group decreased from 5.53 ± 1.125 to 2.20 ± 1.207 , while the control group decreased from 5.33 ± 1.234 to 4.87 ± 1.060 . The Mann–Whitney U Test demonstrated a significant difference between the two groups after the intervention ($p < 0.05$), indicating that the combination of warm compresses and Frangipani aromatherapy was more effective in reducing the intensity of dysmenorrhea. It was concluded that this therapy is an effective non-pharmacological alternative for managing dysmenorrhea in adolescent girls.

Keywords: adolescent girls, dysmenorrhea, frangipani aromatherapy, warm compresses.

References: 72 (2016–2025)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teoritis.....	7
B. Kajian Empiris	24
C. Kerangka Teori.....	26
BAB III: KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL	27
A. Kerangka Konsep	27
B. Hipotesis.....	27
C. Definisi Oprasional	28
BAB IV: METODE PENELITIAN	29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Populasi dan Sampel	30

C. Tempat Penelitian.....	31
D. Waktu Penelitian	31
E. Etika Penelitian	31
F. Alat Pengumpulan Data	34
G. Prosedur Pengumpulan Data	35
H. Pengolahan Data.....	39
I. Analisis Data	40
BAB V: HASIL PENELITIAN	43
A. Tempat Dan Waktu Penelitian	43
B. Analisis deskriptif	43
C. Analisis Komparatif	47
BAB IV PEMBAHASAN.....	49
A. Interpretasi Penelitian.....	49
B. Keterbatasan Penelitian	54
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Pelayanan Pendidikan	55
BAB VII PENUTUP	57
A. Simpulan	57
Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel.....	30
Tabel 4. 1 Gambaran <i>Two Group Pre-test-Post-test With Control Group Design</i>	31
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Usia, Usia <i>Menarche</i> , Lama Menstruasi	44
Tabel 5.2 Hasil analisis Tingkat <i>Diamenorea</i> Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol	45
Tabel 5.3 Hasil analisis Epektifitas Kombinasi Kompres Hangat dan Aromaterapi <i>Frangipani</i> Terhadap <i>Dimenorea</i> Pada Remaja Putri di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian	29
Gambar 2. 1 Skala Nyeri Numerik.....	18

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2. Surat Studi Pedahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Permohonan Uji Etik
- Lampiran 5. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 8. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 10. Kuesioner *Numerical Rating Scale* NRS
- Lampiran 11. SOP Kompres Hangat
- Lampiran 12. SOP Aromaterapi *Frangipani*
- Lampiran 13. Tabulasi Data
- Lampiran 14. Hasil Olah Data
- Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16. Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
IBM SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Kemkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
MIA	: Matematika dan Ilmu Alam
NRS	: <i>Numerical Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>
PGF2 α	: <i>Prostaglandin F2 alfa</i>
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SLUA	: Sekolah Lanjutan Umum Atas
SOP	: <i>Standard Operating Procedure</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, D. (2024). *Kesehatan Reproduksi: Dismenorea (Nyeri Haid)*. Penerbit Nem.
- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Safitri, S. (2022). Faktor Yang Menyebabkan Dismenorea Pada Remaja. *Jurnal Health Sains*, 3(11), 1699–1707. <https://doi.org/10.46799/jhs.v3i11.677>
- Andreyani, L., & Bhakti, K. W. (2023). Validity Of Analog And Numerical Visual Pain Measuring Scales (VARS) Against Pain Assessment. *Jambura Journal of Health Science and Research*, 5, 733–734.
- Argaheni, N. bayu, Amir, N., Dewi, S., & Sari, poncoindah arista. (2023). *Terapi Komlementer Pada Remaja*.
- Ariani, W., Oklaini, S. T., Hendriani, T. N., & Triana, I. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Neri Dismenore di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Eenggano. *Journal Of Midwifery*, 9(2), 8–15. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i2.1823>
- Arnindya, N., Lisnawati, K., Wati, N., & Mirayanti, A. (2025). *Pengaruh Warm Compress Abdomen Terhadap Nyeri Disminore Pada Remaja Di Smp Negeri 10. 11(01)*, 69–88.
- Azhari, M. T., Bahri, A. F., Asrul, & Rafida, T. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Bihani, T., Tandel, P., & Wadekar, J. (2021). Plumeria obtusa L.: A systematic review of its traditional uses, morphology, phytochemistry and pharmacology. *Phytomedicine Plus*, 1(2), 100052. <https://doi.org/10.1016/j.phyplu.2021.100052>
- Budiani, N. N., Sriasih, K., Marhaeni, G., & Kumala, G. (2021). *Back Massage Using Frangipani Aromatherapy Oil To Reduce The Level Of Tumor Necrosis Factor Alpha And The Intensity Of Labor Pain*. 73–80.
- Dahlia, Suprida, & . 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>
- Damanik, M. R., Manik, R. L., & Khadafi, M. (2025). Metode Penelitian Kuantitatif: Konsep, Jenis, Tahapan Dan Kelebihan Quantitative Research Methods: Concepts, Types, Stages, And Advantages. *Jiic: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(7), 13479–13496.
- Desi Wildayani, D., Widya Lestari, W., & Winda Listia Ningsih, W. (2023). *Dismenore: Asupan Zat Besi, Kalsium Dan Kebiasaan Olahraga*. Pustaka Galeri Mandiri.
- Dewi, I., Khotimah, H., Nasution, R., Zulpan, Hariyati, T., & Rusli, A. (2023).

- Teori populasi dan pengambilan sampel. *Jurnal Literasiologi*, 14(2), 1–9.
- Dewi, N. P. N. K., Purnamayanthi, P. P. I., Karuniadi, G. A. M., & Widiastini, L. P. (2025). Pengaruh terapi akupresure Terhadap Penurunan Insensitas Dismenorea di SMPN 1 Blahbatuh. *Jurnal Edudikara*, 9(1), 19.
- Fajriyati, N. P., Koto, Y., & Handayani, Y. (2022). Kompres Hangat Dan Aromaterapi Lavender Berpengaruh Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Primer (Menstrual Disorder Therapy). *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(10), 150–161.
- Gunawati, A., & Nisman, W. A. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Dismenorea di SMP Negeri di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 8. <https://doi.org/10.22146/jkr.56294>
- Hafiza Sibarani, N., & Albina, M. (2025). Etika dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam*, 2(3), 10–21. <https://ejournal.aripafi.or.id/index.php/Karakter>
- Hu, Z., Tang, L., Chen, L., Kaminga, A. C., & Xu, H. (2020). Prevalence and Risk Factors Associated with Primary Dysmenorrhea among Chinese Female University Students: A Cross-sectional Study. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 33(1), 15–22. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2019.09.004>
- hutasuhut. (2021). *Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Universitas Medan Area Oleh : Mely Afrilini Hutasuhut Fakultas Psikologi*.
- Kemenkes. (2023). Dismenore (Nyeri Haid). In *Artikel Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/545/dismenore-nyeri-haid
- Kemenkes Ri. (2023). Kesehatan Remaja. *Topik Kesehatan*, 1–12. <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health>
- Kemenkes RI. (2023). Skala nyeri pada anak usia sekolah dan remaja. In *Artikel Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/67/skala-nyeri-pada-anak-usia-sekolah-dan-remaja
- Khotimah, H., & Lintang, S. S. (2022). Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja. *Faletehan Health Journal*, 9(3), 343–352. <https://doi.org/10.33746/fhj.v9i3.499>
- Kusnaningsih, aida. (2020). *Gambaran tentang Pengaruh Kompres Hangat dengan Aromaterapi Lavender dalam Mengurangi Nyeri Dismenore pada Remaja Putri*. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/4852/3827>

- Maharani, N., Ketut Citrawati, N., Kadek Yuni Lestari, N., & Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Medika Bali, P. (2025). Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Kuta Utara. *Dkk. Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 16(01), 20–28.
- Makarim, dr. F. R. (2026). *Mengenal Manfaat Bunga Kamboja untuk Kesehatan dan Kecantikan*. Halodoc. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20190524122059-255-398041/mengenal-manfaat-air-hidrogen-untuk-tubuh>
- Mardiana, M., & Heriyanti, H. (2023). Pengaruh Kompres Air Hangat dan Aromaterapi Kayu Manis terhadap Penurunan Nyeri Dismenorrhoe pada Remaja Putri. *Mega Buana Journal of Nursing*, 2(2), 59–66.
- Marshanda, E. A. (2025). *Efektivitas Yoga Pose Balasana terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMAN 2 Bantul*. <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/19513/>
- McKenna, K. A., & Fogleman, C. D. (2021). Dysmenorrhea. *American Family Physician*, 104(2), 164–170. <https://www.aafp.org/pubs/afp/issues/2021/0800/p164.html>
- Mursudarinah, M., Aprilia, R., & Hikmah, N. (2022). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Pada Siswi Kelas X Di Sekolah Menengah Kejuruan Batik 1 Surakarta. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 2(1), 18–30. <https://doi.org/10.47701/dutamedika.v2i1.1956>
- Nagy, H., Carlson, K., & Khan, M. A. (2023). Dysmenorrhea. In *Contemporary Endocrinology* (Vol. 13, pp. 47–51). StatPearls Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-19443-6_7
- Olivia, B., & Sasha, B. (2021). Masa remaja: perubahan fisik dan perkembangan neurologis. *British Journal of Nursing*, 30(September 2020), 272–275.
- Pinzon, R. T. (2016). Pengkajian Nyeri 9786021364505. In *Buku pengkajian nyeri*.
- Purnamayanthi, P. I. (2017). Hubungan antara tingkat pengetahuan siswi SMA kelas XI tentang menstruasi dengan perilaku penanganan dismenorrhea. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 1(1).
- Puspitaningrum et al. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Putri, dewi murdianti, & Amalia, R. (2024). Terapi Komplementer Konsep Dan Aplikasi Dalam Keperawatan. In *Katalog Dalam Terbitan*. http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf
- Rohmah, N. A., Irawan, D. D., & Primindari, S. A. (2025). *Intervensi Deep Back Massage Essensial Oil terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*.
- Rukoyah, O. S., Triwahyuningsih, R. Y., Kumalasary, D., & Nurfita, N. R. (2024). *Efek Kompres Hangat dan Pemberian Air Kelapa terhadap Dismenore Primer*

pada Remaja Putri Pondok Pesantren Modern Al Ikhlas Putri Kuningan. 8(1), 76–82. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i1SP.2024.76>

- Sari, P., Arna, Y. D., Anita, F., & Ganut, F. (2025). *Terapi Non-Farmakologis*.
- Setiani, L. A., Herlina, N., Wahyuningrum, C., & Putri, N. Y. (2025). Phytochemical Profile and Pharmacological Mechanisms of *Pandanus tectorius* Fruit: A Comprehensive Review. *Jurnal Jamu Indonesia*, 10(3), 145–151. <https://doi.org/10.29244/jji.v10i3.374>
- sinaga, nonon, Suprihatin, nailus. (2017). *Manajemen Kesehatan Reproduksi*. Universitas Nasional.
- Sulistiowati, N. M. D., Keliat, B. A., Ismail, R. I., Besral, & Triana, I. K. D. L. (2023). The effectiveness of mental health nursing promotive and preventive model on protective factors, risk factors and adolescents' mental health. *La Pediatría Medica e Chirúrgica : Medical and Surgical Pediatrics*, 45(s1). <https://doi.org/10.4081/PMC.2023.317>
- Swandari, A. (2022). Buku ajar intervensi fisioterapi pada kasus dismenore. *Intrvensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenore*, 1–59.
- Swarjana, i K., & Skm, M. P. H. (2023). *Metodologi penelitian kesehatan: Edisi terbaru*. Penerbit Andi.
- Valerie, R., Made Niko Winaya, I., Wayan Tianing, N., & Aromaterapi Frangipani terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Remaja, H. (2024). Hubungan Aromaterapi Frangipani terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Remaja. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(3), 1008–1015. <https://doi.org/10.46799/JSA.V5I3.1079>
- Villasari, A. (2021). Fisiologi Menstruasi. In *Strada Press* (Vol. 1, Issue 1).
- Wirahyuni, N. (2025). *Pengaruh Terapi Genggam Jari Dengan Aromaterapi Frangipani (Plumeria Sp) Terhadap Tingkat Dismenore*.
- Wiyatagati, A., & Suprayogi, F. A. (2025). Variabilitas derajat dismenore pada wanita: peran prostaglandin. *Jurnal Kesehatan*, 12, 1. <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/jurnalkesehatan/article/view/593/434>
- Yuliani, M. (2020). *Manfaat Aromaterapi Frangipani Sebagai Media Relaksasi Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Umum Premagana Gianyar Tahun 2020*. Jurusan Kebidanan.
- Zaharani, C. A. (2021). *Manajemen Asuhan Kebidanan Anemia pada Wanita Usia Reproduksi Pra Konsepsi (Literatur Review)*.
- Zelharsandy, Marchatus, Sepiwiryanti, R. (2025). Gambaran tentang Pengaruh Kompres Hangat dengan Aromaterapi Lavender dalam Mengurangi Nyeri Dismenore pada Remaja Putri. *Indonesian Journal of Global Health Research*. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view>