

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian aromaterapi lemon (citrus) terhadap penurunan intensitas *dismenore* pada remaja usia 15-20 tahun di Kelurahan Limba B Kota Gorontalo, diperoleh simpulan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 18 responden yang diukur intensitas *dismenore* sebelum diberikan aromaterapi mendapatkan hasil bahwa semuanya berada dinyeri sedang sebanyak 18 responden atau 100%
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 18 responden yang diukur intensitas *dismenore* sesudah diberikan aromaterapi mendapatkan hasil dengan jumlah yang sama pada intensitas nyeri ringan dan nyeri sedang sebanyak 9 responden atau 50,0%
3. Hasil uji statistik didapatkan hasil nilai P Value= 0,003 (*Asymp. Sig. 2-tailed*) dengan nilai α yang digunakan yaitu $<0,05$, artinya hipotesis diterima (H_0 ditolak dan H_1 diterima) adengan kesimpulan ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon (citrus) terhadap penurunan intensitas *dismenore* pada remaja usia 15-20 tahun di Kelurahan Limba B Kecamatan Kota Gorontalo.

5.2 Saran

1. Bagi responden

Penelitian ini disajikan sebagai alternatif dalam menurunkan intensitas dismenore, sehingga disarankan untuk menggunakan aromaterapi secara inhalasi yang dapat dilakukan secara mandiri sebagai teknik untuk mengatasi *dismenore* agar mengurangi penggunaan obat analgesik

2. Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi mahasiswi tentang pengobatan nyeri menggunakan metode non farmakologi dalam menurunkan *dismenore*

3. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian dengan sampel yang lebih banyak lagi. Selain itu peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih dalam terkait faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *dismenore* serta penanganan non farmakologi dalam menurunkan *dismenore* yang tidak diteliti oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. 2006. Psikologi Perkembangan. Bandung : Revika Aditama
- Andria. 2014. Aroma terapi cara sehat dengan Wewangian alami. Jakarta : Penerbit Swadaya.
- Anurogo, D., & Wulandari, A. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta : Andi.
- Bobak, L. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC
- Budiman. 2013. *Penelitian kesehatan*. Bandung: Refika Aditama

- Chang, Esther, Daly, John & Elliott, Doung. 2010. Patofisiologi Aplikasi Pada Praktik Keperawatan. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Febrianti, R. 2017. Faktor-faktor yang berhubungan dengan menarche dini pada siswi kelas VII di MTSN Model Padang tahun 2017. *UNES Journal of Scientech Research*, 2(1), 73–84. Retrieved from <http://ojs.ekasakti.org/index.php/UJSR/article/view/174>
- Hasanah, O. 2010. Efektivitas Terapi Akupresure Terhadap Dismenore Pada Remaja Di SMPN 5 Dan SMPN 13 Pekanbaru. FIK UI. <http://repository.unri.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/7455>
- Hidayat, A. A. A. 2011. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Ika & Puspitasari. (2010). *Faktor Resiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea*. The Indonesia Journal of Public health. Vol 4. No 2. RSUD Kabupaten Sidoarjo.
- Iryani, N. 2015. 365 ideas of happiness. E-book. Mirzan Digital Publishing.
- Jalilah, Ruly, P. (Ed). 2020. *Buku Ajaran Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana*. Jawa Barat : CV. Adanu Abimata
- Judha, M. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- King, L. A. 2014. Psikologi Umum. Jakarta : Salemba Humanika
- Koensoemardiyah. 2009. *A-Z Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan*. Yogyakarta : Lily Publisher.
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba medica.
- Labis, Y, P. 2018. Faktor-Faktor Yang Berhubungana Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Siswi Sama Dharma Sakti Medan. Skripsi : Politeknik Kesehatan Medan. Diakses melalui <http://poltekkes.aplikasi-akademik.com/xmlui/handle/123456789/484>
- Manan, A. 2011. *Miss V*. Yogyakarta : Buku Biru.
- Manuaba, C. & I.B.G. 2010. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Najmi, L, N. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta : Nuha Medika

- Namazi, M., Akbari, A.S., Mojab, F., Talebi, A., Majd, H.A. & Jannesari, S. 2014. Effect of Citrus Aurantium (Bitter Orange) on the Severity of First-Stage Labour Pain. *Iranian Journal of Pharmaceutical Research*.
- Nani., Desiani., Imawati., Cahyo, G., & Keksi. 2017. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Dismenore Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan FKIK Universitas Jenderal Soedirman Purwakerto. *Kesmas Indonesia, [S.I.]*, v. 3, n. 1, p. 34-46, feb. 2017. ISSN 2579-5414. Diakses melalui <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/kesmasindo/article/view/4>.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nugroho, T. & Utama, B. I., 2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Nursalam. 2017. *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salema Medika.
- _____. 2020. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Pendekatan Praktis. Jakarta : Salemba Medika.
- Potter & Perry, 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan 4*. Jakarta : EGC.
- _____. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: konsep, proses, dan praktik*. Jakarta : EGC
- Rahmawati, I., & Rohmayanti, M. 2017. Efektivitas Aromaterapi Lavender, Lemon Dan Pappermint Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Di Rumah Sakit Budi Rahayu Kota Magelang. *Journal of Holistic Nursing Science*, 2(2), 10-16. Retrieved from <https://journal.unimma.ac.id/indeks.php/nursing/article/view/1807>
- Rasjidi, I. 2013. *Panduan kehamilan muslimah*. Jakarta Selatan: Mizan Digital Publishing
- Sastroasmoro, S. & S. Ismael. 2014. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi Ke-5*. Jakarta. CV. Sagung Seto.
- Setiadi, 2013. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Setyoadi. 2011. *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeratik*. Jakarta : Salemba medika
- Solehati., Tetti., & Cece, E, K. 2015. *Konsep Dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : PT. Refika Aditama

- Sono D., Rompas S., & Gannika L. 2018. Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *eJournal Keperawatan (e-Kp)*7(1)
- Sugiyono. 2016. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV
- _____. 2017. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV
- Suryanto, 2014. *Metodologi dan Aplikasi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Yogyakarta. Salemba Medika.
- Suwanti, et al. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Cytrus) Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi pada Mahasiswi di Universitas Respati Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 345-349
- Umi, N. C., & Lutfia U. N. 2019. “Penerapan Kombinasi Pijat Effleurage Dan Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Usia 13-15 Tahun.” Penerapan Kombinasi Pijat Effleurage dan Pemberian Air Kelapa Hijau terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Usia 13-15 Tahun: 14–21.
- Vebriati, Vita. 2021. Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) Terhadap Skala Nyeri Dismenorea Pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademka Baiturrahim Jambi (JABJ)*. Vol 10, No 1, Maret 2021. DOI: 10.36565/jab.v10i1.277. p-ISSN: 2655-9266. Diakses melalui <http://jab.stikba.ac.id/index.php/jab/article/view/277/150>
- Widjanarko, B. (2006). Dismenore Tinjauan Terapi Pada Dismenore Primer. *Majalah Kedokteran Damianus*. 5 (1)
- Wijayanti, D. 2015. *Fakta Penting Seputar Kesehatan Reproduksi Wanita*. Book Marks. Jogjakarta.
- Wiknjosastro, H. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.
- Wiknjosastro, S. 2014. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : YBPSP
- Wong, D., Wilson, D., Winskelstein, M., Hockenberry, M., & Schwartz, P. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Volume I Edisi 6*. Jakarta : EGC.
- Young, G. 2011. *Essencial Oil Pocket Reference 5th ed*. Amazon : Life Science Publising.

Yudiyanta., Khoirunnisa, N., & Ratih, W. 2015. Assesment Nyeri. CDK-226 :
42(3) : 214-234