

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON (*Citrus Limon*)
TERHADAP TINGKAT NYERI DISMENORE PRIMER PADA
MAHASISWI KEBIDANAN ANGKATAN 2024 PROGRAM
STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS**



Diajukan ke Prodi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan
Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Sebagai Pemenuhan
Salah Satu Syarat Untuk Melaksanakan Penelitian

Oleh:

LAYLA MURYA AGUNG

NIM: 2210333041

Pembimbing:

**Prof. Dr. Arni Amir, MS
dr.Rauza Sukma Rita, Ph.D**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
DEPARTEMEN KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2026**

ABSTRACT

THE EFFECT OF LEMON AROMATHERAPY (*Citrus Limon*) ON THE LEVEL OF PRIMARY DYSMENORRHEA PAIN IN MIDWIFERY STUDENTS OF THE 2024 CLASS OF MIDWIFERY STUDENTS OF THE UNDERGRADUATE PROGRAMME FACULTY OF MEDICINE ANDALAS UNIVERSITY

By

Layla Murya Agung, Arni Amir, Rauza Sukma Rita, Fitrayeni, Abdiana, Laila

Primary dysmenorrhea is menstrual pain in the lower abdomen. This condition often occurs in late adolescents, including female students who are busy with academic and non-academic activities which result in physical and psychological fatigue. Lemon aromatherapy inhalation is a non-pharmacological alternative that has the potential to relieve pain and provide a relaxing effect. This study aims to determine the effect of lemon aromatherapy on the level of primary dysmenorrhea pain in female students of the midwifery study program.

This study uses a quantitative approach with a quasi-experimental design through a pretest-posttest control group design. The research sample amounted to 52 female students who were divided into intervention groups and control groups. The administration of lemon aromatherapy intervention for 10 minutes was repeated with a 30-minute break, given for 2 consecutive days. Pain levels were measured before and after the intervention using the Numeric Rating Scale (NRS). Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test and the Mann-Whitney test.

The results showed a decrease in the average pain score of the intervention group before and after the intervention from 3.54 to 0.85 with the results of the Wilcoxon test obtaining a p-value of <0.001 , on the other hand, the control group did not show a significant change with the average pain score from 3.38 to 3.35 with the results of the Wilcoxon test obtaining a p-value = 0.564. The results of the Mann-Whitney test showed a significant difference between the two groups after the intervention with a p-value <0.001 .

The administration of lemon aromatherapy by inhalation has an effect on reducing the level of primary dysmenorrhea pain in female students of the Midwifery Study Program. Lemon aromatherapy can be recommended as a safe, simple, and affordable alternative to nonpharmacological interventions in the management of primary dysmenorrhea pain.

Keywords: *Lemon aromatherapy, non-pharmacological therapy, primary dysmenorrhea, midwifery students.*

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON (*Citrus Limon*) TERHADAP TINGKAT NYERI DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI KEBIDANAN ANGKATAN 2024 PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS

Oleh

Layla Murya Agung, Arni Amir, Rauza Sukma Rita, Fitrayeni, Abdiana, Laila

Dismenore primer merupakan nyeri menstruasi pada perut bagian bawah. Kondisi ini kerap terjadi pada remaja akhir termasuk mahasiswa yang sedang disibukan aktivitas akademik maupun non akademik yang mengakibatkan kelelahan fisik dan psikologis. Inhalasi aromaterapi lemon menjadi alternatif nonfarmakologis yang berpotensi meredakan nyeri dan memberikan efek relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap tingkat nyeri dismenore primer pada mahasiswa program studi kebidanan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental* melalui rancangan *pretest-posttest control group design*. Sampel penelitian berjumlah 52 mahasiswa yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pemberian intervensi aromaterapi lemon selama 10 menit dilakukan pengulangan dengan jeda 30 menit, diberikan selama 2 hari berturut-turut. Tingkat nyeri diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan uji *Mann-Whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan penurunan rerata skor nyeri kelompok intervensi sebelum dan sesudah intervensi dari 3,54 menjadi 0,85 dengan hasil uji *Wilcoxon* memperoleh nilai *p-value* $<0,001$, sebaliknya kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan dengan rerata skor nyeri dari 3,38 menjadi 3,35 dengan hasil uji *Wilcoxon* memperoleh nilai *p-value* $=0,564$. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok setelah intervensi dengan nilai *p-value* $<0,001$.

Pemberian aromaterapi lemon secara inhalasi berpengaruh dalam menurunkan tingkat nyeri dismenore primer pada mahasiswa Program Studi Kebidanan. Aromaterapi lemon dapat direkomendasikan sebagai alternatif intervensi nonfarmakologis yang aman, sederhana, dan terjangkau dalam mengatasi nyeri dismenore primer.

Kata Kunci: Aromaterapi lemon, terapi nonfarmakologis, dismenore primer, mahasiswa kebidanan.