

## INTISARI

Dismenore merupakan keluhan yang sering dialami perempuan pada saat menstruasi. Ketika perempuan mengalami menstruasi, akan terjadi peningkatan prostaglandin yang dapat menyebabkan nyeri pada saat menstruasi (dismenore). Efek yang ditimbulkan adalah nyeri, mual, muntah, sakit kepala, diare, tidak enak badan, bahkan bisa pingsan. Terapi murottal dan aromaterapi merupakan terapi nonfarmakologi untuk menurunkan intensitas dismenore. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas dismenore setelah diberikan terapi murottal dan aromaterapi lavender pada mahasiswi Ilmu Keperawatan angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian eksperimental dan rancangan pada penelitian ini yaitu *one-group pre-post test design*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 20 orang yang diambil dengan *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Uji yang digunakan adalah uji Wilcoxon dengan  $\alpha = 0,05$ . Hasil rata-rata intensitas dismenore sebelum dilakukan intervensi 5,40 sedangkan sesudah intervensi 2,90. Terdapat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah intervensi 2,50 dengan *p value* = 0,000 < 0,05. Terdapat pengaruh pemberian murottal dan aromaterapi lavender terhadap intensitas dismenore pada mahasiswi Ilmu Keperawatan angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Saran bagi remaja diharapkan dapat melakukan terapi murottal dan aromaterapi lavender untuk mengurangi intensitas dismenore dan perawat dapat menggunakan alternatif terapi nonfarmakologi untuk menurunkan intensitas dismenore.

Kata Kunci: Dismenore, Terapi murottal, Aromaterapi lavender.

## ABSTRACT

*Dysmenorrhea is a common complaint women experience during menstruation. When women experience menstruation, there will be an increase in prostaglandins that can cause pain during menstruation (dysmenorrhea). The effects are pain, nausea, vomiting, headache, diarrhea, malaise, and even syncope. Murottal and aromatherapy therapy is a non-pharmacological way to reduce the intensity of dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine differences in the intensity of dysmenorrhea after being given murottal therapy and aromatherapy lavender at the student of Nursing Departement University Muhammadiyah Yogyakarta. The research design used was experimental research with one-group pre-post test design. Sample in this research is 20 people taken with non probability sampling that is purposive sampling. The test used is Wilcoxon test with  $\alpha = 0.05$ . The average results of dysmenorrhea intensity before intervention 5.40 while after intervention 2.90. There is an average difference before and after the intervention 2.50 with  $p$  value =0.000 <0.05, it shows that there is influence of giving murottal and aromatherapy lavender to intensity of dysmenorrhea in student of Nursing Departement University Muhammadiyah Yogyakarta. Advice for adolescents is expected to do murottal therapy and lavender aromatherapy to reduce the intensity of dysmenorrhea and nurses can use alternative nonfarmakologic therapy to reduce the intensity of dysmenorrhea.*

*Keywords: Dysmenorrhea, Murottal Therapy, Aromatherapy lavender.*